



La Corne d'Abondance célèbre ses 40 ans

pages 21 à 24



Le Défi des têtes rasées du Collège de Champigny rapporte 4 000 \$

page 10

Journées Portes Ouvertes SMG
5 et 6 mai 2012
Plusieurs Démonstrations
Husqvarna 0%/36 mois
418-871-2248

le JOURNAL de L'Ancienne-Lorette

Le Journal d'information | www.journ-al.ca

Tout commence par la confiance

PROMUTUEL
PORTNEUF-CHAMPLAIN

Mélissa Janssen
Agente en assurance de dommages

Québec • 418 872-2430 / 1 877 872-2430 • promutuel.ca
ASSURANCE ET SERVICES FINANCIERS



Christian Bergeron fait partie du Club Platine pour une 15^e fois

page 29



Sous le soleil, c'est pas toujours beau : une expérience bien concrète pour des ados

page 14

Le LORETTAIN
JOURNAL MUNICIPAL DE LA VILLE DE L'ANCIENNE-LORETTE

Pages 15 à 18



L'Ancienne-Lorette souligne la Journée de la femme

page 3

Des professionnels disponibles 11 h par jour*!

Services conseils sur rendez-vous :

Lundi au jeudi 9 h à 20 h
Vendredi 9 h à 16 h

* Du lundi au jeudi.

2 PLACES D'AFFAIRES
1638, rue Notre-Dame
L'Ancienne-Lorette (Québec) G2E 3B6
1095, boulevard Pie-XI Nord
Québec (Québec) G3K 2S7

UN SEUL NUMÉRO : 418 872-1445
www.desjardins.com/caisse-piemont-laurentien

Desjardins
Caisse populaire du Piémont Laurentien



Une trentaine de personnes participent à l'assemblée annuelle de l'AGAAL

page 7



Karaté Kyoshindo : les 30 ans d'une école, les 10 ans d'un style

page 4

L'Ancienne-Lorette

NOUVEAU

1935, des Genévriers
Grande maison avec garage intégré et 2 chambres. Près de tous les services. 264 500 \$

L'Ancienne-Lorette

NOUVEAU

1416, Dulongpré
Superbe propriété face, entrée, trottoir, escaliers, le tout en granite, bcp de rénovations. 299 000 \$

L'Ancienne-Lorette

NOUVEAU

1500, Père-Chaumont
Grande propriété sur terrain de 17 716 pi². Idéale pour garderie, bi-génération, etc. 374 500 \$

Quartier aéroport

1508, Haut-St-Maurice
Bungalow avec RENOS majeures, près de tous les services. LIBRE RAPIDEMENT!

L'Ancienne-Lorette

1599-1601, St-Cyrille
Superbe duplex, plusieurs rénovations effectuées, libre 1^{er} juillet 295 000 \$

Quartier aéroport

1501, J.-F. Martel
Quartier aéroport 289 900 \$

RE/MAX CAPITALE
Agence immobilière
Franchisé indépendant et autonome de RE/MAX Québec inc.

Tranquillit 418 564-6305

Serge Mainguy
Courtier immobilier
Bur. : 418 627-3120 • www.sergemainguy.com

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE



NOUS SOMMES NOMBREUX À CROIRE À LA COOPÉRATION

**Assistez à notre assemblée
générale annuelle et profitez
gracieusement d'un magnifique
spectacle de l'Ensemble
Gospel de Québec.**

DATE : Le lundi 30 avril 2012

ACCUEIL : 18 h 30

DÉBUT DE L'AGA : 19 h

LIEU : Église de L'Ancienne-Lorette
1625, rue Notre-Dame

Un cadeau sera remis aux 500 premières personnes.

2 PLACES D'AFFAIRES

1638, rue Notre-Dame
L'Ancienne-Lorette (Québec) G2E 3B6

1095, boulevard Pie-XI Nord
Québec (Québec) G3K 2S7

UN SEUL NUMÉRO : 418 872-1445

www.desjardins.com/caisse-piemont-laurentien

Visitez-nous aussi sur 



Desjardins
Caisse populaire
du Piémont Laurentien

L'Ancienne-Lorette souligne la Journée de la femme

YVON GIROUX

redaction@journ-al.ca

La Ville de L'Ancienne-Lorette rendait récemment hommage aux femmes dans le cadre de la journée de la femme du 8 mars dernier. Pour l'occasion, et pour une 8^e édition, Le maire, M. Émile Loranger, et les conseillers municipaux recevaient des représentantes de l'Afeas de L'Ancienne-Lorette ainsi que leur invitée de la soirée, Mme Renée Hudon, communicatrice bien connue

dans la grande région de Québec, et qui devait prononcer une conférence **Se faire entendre, se faire comprendre, se faire écouter en soirée.**

D'entrée de jeu, M. Loranger a mentionné que le Québec a beaucoup évolué quant à la présence des femmes dans toutes les phases de la vie en société, mais qu'il ne fallait pas baisser la garde. Appelé à participer aux jeux de la communication impliquant neuf universités, le député de La Peltrie, M. Éric

Caire, s'est dit impressionné par la capacité des femmes à construire et livrer un message. Pour sa part, Mme Renée Hudon a déclaré que la période actuelle était propice à la réflexion sur l'histoire, le statut de la femme et de son avenir. Elle a de plus mentionné être agréablement surprise de constater que le conseil municipal de L'Ancienne-Lorette est composé de trois conseillers masculins et de trois conseillères. Mme Alexandrine Latendresse, députée de Louis-Saint-Laurent, a déclaré que le 8 mars était un bon moment pour

voir où en sont les femmes tout en ne prenant rien pour acquis.

Pour la présidente de l'Afeas, Mme Nicole Hamel-Gouin, a raconté qu'il est difficile de faire comprendre aux jeunes femmes tout le chemin qui a été parcouru au cours des dernières années et le chemin qu'il reste à faire. Mme Monique Côté, elle aussi de l'Afeas, a rappelé qu'il reste encore du travail à faire pour améliorer la qualité de vie des femmes et des familles. ■



M. Éric Caire, député de La Peltrie, Mme Nicole Hamel-Gouin, présidente de l'Afeas, M. Émile Loranger, maire de L'Ancienne-Lorette, Mmes Renée Hudon, Alexandrine Latendresse, députée de Louis-Saint-Laurent et Monique Côté, elle aussi de l'Afeas.



M. Éric Caire, Mme Renée Hudon, M. Émile Loranger, Mmes Sylvie Papillon, Sylvie Falardeau, André Laliberté et Mme Alexandrine Latendresse.

« J'm'accroche, j'm'active » ou une façon de se prendre en main !

(YG) Depuis déjà quelques années, un partenariat constitué de l'école secondaire polyvalente de L'Ancienne-Lorette, de la Maison des jeunes de L'Ancienne-Lorette, du Centre de Santé et de Services Sociaux de la Vieille-Capitale et de la Table des saines habitudes de vie de L'Ancienne-Lorette offre le programme **J'm'accroche, j'm'active** aux élèves de deuxième et troisième secondaire qui désirent prendre en main leur santé et leur réussite académique.

En effet, les activités de la 5^e cohorte de jeunes âgés entre 13 et 15 ans se sont déroulées du 17 janvier au 29 mars 2012, tandis que celles de la 6^e cohorte se dérouleront du 3 avril au 7 juin 2012. « Depuis le début du projet, c'est plus de 60 jeunes qui ont pu bénéficier de cet encadrement afin d'adopter de meilleures habitudes de vie, et de prendre en main leur réussite académique, sans déboursier le moindre sous », selon M. Laurent Issa, coordonnateur de la Table des saines habitudes de vie de L'Ancienne-Lorette.

Préalablement ciblés par Mme Dominique Roy, orthopédagogue à l'école secondaire polyvalente de L'Ancienne-Lorette, les jeunes sont suivis par une animatrice-intervenante de la Maison des jeunes de L'Ancienne-Lorette, tout au long du projet. Durant chacune des 10 semaines, les participants auront droit à 2 séances d'aide aux devoirs, suivies d'entraînements en salle, supervisés par une entraîneuse qualifiée, au centre d'entraînement Optimum. La collaboration du centre d'entraînement Optimum à ce projet est essentielle, car elle permet l'entraînement des participants à un tarif réduit.

« En plus de l'aide aux devoirs et de l'entraînement en salle, les participants ont droit à quatre ateliers de cuisine où ils apprennent à cuisiner des repas simples et sains, en plus de préparer des barres collations qu'ils pourront prendre durant le projet. Ces ateliers sont offerts grâce au partenariat établi avec le CSSS de la Vieille-Capitale », termine M. Issa. ■



Samuel Doucet (2^e secondaire).



Sophie Michaud (3^e secondaire) et Jean-Nicolas Lamureanu Charbonneau (2^e secondaire).

À la recherche d'anciens de la PAL

Inscription au tournoi de golf de la PAL du 18 juin prochain

(YG) Les organisateurs du tournoi de golf de la Fondation de la polyvalente de L'Ancienne-Lorette sont à la recherche d'anciens de l'institution afin de participer au tournoi qui se déroulera le 18 juin prochain au Club de golf du Lac-Saint-Joseph, et ce, sous la présidence d'honneur de M. Marc Drolet, de Drolet Construction.

Le coût est de 125 \$ par personne et comprend le tailgate, le golf et la voiturette ainsi qu'un cocktail dinatoire à 18 h 15. Les personnes qui désirent assister au cocktail dinatoire uniquement peuvent le faire au coût de 35 \$. Il y aura aussi présentation d'un encan silencieux. Pour information : M. Rénald Leblond au 418 872-9836 poste 5151 ou par courriel à fondationpal@csdecou.qc.ca ■



M. Marc Drolet, de Drolet Construction, a accepté la présidence d'honneur du tournoi de golf de la PAL.

Québec	Lotbinière (St-Gilles)	L'Ancienne-Lorette	Saint-Romuald	L'Ancienne-Lorette	L'Ancienne-Lorette
NOUVEAU 20, Général Mc Naughton Maison style Nouvelle-Angleterre, chaleureuse et décorée avec goût! 229 000 \$	NOUVEAU 1293, Grondin Spacieuse propriété 249 500 \$	NOUVEAU 1701, du Fleuret Superbe bungalow 279 900 \$	NOUVEAU PRIX 1754, ch. du Fleuve Luxueux cottage 379 000 \$	NOUVEAU PRIX 2267, St-Jean-Baptiste Superbe domaine 499 900 \$	NOUVEAU 1363, Marianne Belle maison avec rénos majeures. Dans un secteur recherché, près de tous les services. 264 500 \$

418 564-6305
www.sergemainguy.com

Serge Mainguy
Courtier immobilier

Estimation gratuite de la valeur marchande.
Appelez-moi!

RE/MAX CAPITALÉ
Agence immobilière
Franchisé indépendant et autonome de RE/MAX Québec inc.

RE/MAX Club Platine
Membre du prestigieux club Platine

Bur. : 418 627-3120 **Tranquillité**

Karaté Kyoshindo : les 30 ans d'une école, les 10 ans d'un style

YVON GIROUX

redaction@journ-al.ca

L'école de karaté Kyoshindo de L'Ancienne-Lorette fête un double anniversaire en 2012. C'est en effet en 1982 que le sensei Jacques Labrecque fondait le club de karaté de L'Ancienne-Lorette alors affiliée à la Fédération Yoseikan Karaté-Do. C'est donc pendant 20 ans que l'école progresse et qu'elle forme près de 3 000 élèves et 25 ceintures noires. Fort de cet engouement et désireux de se doter d'une plus grande autonomie et d'une meilleure marge de manœuvre, le sensei et directeur technique, appuyé par le conseil d'administration de l'époque, décide de fonder le style Kyoshindo qui, incidemment, fête son dixième anniversaire également en 2012.

Extrêmement humble devant les succès de cette école à but non lucratif qu'il a fondée, Jacques Labrecque est néanmoins fier de la progression de ce style. « En japonais, KYO veut dire principe, méthode, enseignement, techniques. SHIN signifie Cœur, esprit, vérité, nouveau alors que DO veut dire la Voie. Nous pourrions donc traduire KYOSHINDO comme étant l'enseignement d'un art nouveau avec le cœur et l'esprit », indique M. Labrecque.

« Nous souscrivons à la plus pure tradition du karaté dans notre enseignement : le respect, l'entraide, la discipline et l'humilité sont des valeurs importantes pour notre école. Nous cherchons d'abord et avant tout à inculquer

ces valeurs de sorte qu'elles se vivent dans le quotidien de nos karatékas ». L'école de L'Ancienne-Lorette, dont le dojo est situé au pavillon Notre-Dame de l'École des Hauts-Clochers, compte plus de 170 participants, dont 18 ceintures noires actives parmi lesquelles de nombreux instructeurs assurent la formation des jeunes inscrits le samedi matin, des juniors et seniors des mardis et jeudis soirs. La très grande majorité des élèves du Karaté Kyoshindo sont des citoyens de L'Ancienne-Lorette. « On peut dire que nous formons une grande famille, car il est fréquent que nous rencontrions des membres dans nos diverses activités à l'extérieur du karaté », de poursuivre M. Labrecque.

D'autres écoles dans la province ont adopté le style Kyoshindo. C'est le cas notamment dans l'arrondissement La Baie à Saguenay, à Sainte-Perpétue et à Portneuf-Ouest (Saint-Ubalde et Lac-aux-Sables). Des compétitions sont organisées annuellement, principalement dans les écoles de L'Ancienne-Lorette (qui aura lieu cette année le 14 avril) et de La Baie (18 février).

Les 10 années du style, le nombre d'élèves toujours en croissance, l'affiliation d'autres écoles et l'excellente représentation dans diverses compétitions dans la province démontre que la décision prise à l'époque fut, sans l'ombre d'un doute, bénéfique pour cette école qui ne cesse de se démarquer. Fait à souligner, il s'agit d'une école à but non lucratif qui n'a jamais bénéficié de quelque subvention que ce soit et qui maintient de tarifs abordables pour les familles. ■



Une photo qui date de décembre 1982 où on voit dans la rangée du bas le sensei Jacques Labrecque.

Promouvoir les droits et le respect des aînés : Un objectif important pour le Cercle de Fermières

(YG) Un policier de la Ville de Québec, M. Steven Fortin, était le conférencier invité à la réunion du Cercle de Fermières récemment. Le but de la conférence visait à informer les membres que l'abus et l'exploitation des personnes âgées existent sous plusieurs formes : violence physique, abus psychologique ou sexuel, négligence, et exploitation financière. La première question posée : Faites vous confiance aveuglément aux gens qui vous entourent? Afin d'éviter la maltraitance et la fraude, Steven Fortin recommande de garder l'oeil ouvert

et d'être vigilant pour se protéger des abus et fraudeurs.

Les personnes victimes d'abus peuvent dénoncer les situations au Service de police afin de recevoir de l'aide. Il existe aussi Ligne Aide Abus Aînés au numéro : 1 888 489 2287 sans frais.

Pour information concernant les activités du Cercle de Fermières, contactez Mmes Louise Vachon au 418 872 8224 ou Andrée Gélinas au 418 872 3998. ■



Le groupe des ceintures noires de l'automne 2011 de l'école de karaté Kyoshindo de L'Ancienne-Lorette



Mme Louise Vachon, présidente du Cercle de Fermières, M. Steven Fortin, policier à la Ville de Québec et conférencier invité et Mme Carole Vallières, conseillère aux dossiers du Cercle.



Claudia Morin
courtier immobilier

418 847-1000

claudia.morin@remax-quebec.com
www.claudiamorin.com



2016, rue des Granges
369 000\$



351, des Pionnières-de-Beauport
244 600\$



908, de la Ritournelle
299 900\$



1980, Des Armoiries
P.D. 399 000\$



1410, rue St-Clément
259 900\$



1680, St-Jean-Baptiste
P.D. 318 000\$



995-402, Gérard-Morisset
259 900\$



983, rue Des Forges
234 000\$

Qualité et service
avant tout !

Mon objectif :
votre satisfaction.



RE/MAX @ccès
agence immobilière

Estimation gratuite. Contactez-moi !

Accréditée au programme de logement
des Forces Canadiennes

Des jeunes reviennent très heureux du Costa Rica



Les jeunes sont revenus exténués, mais avec un grand sourire aux lèvres et très fiers de leur expérience.

Les jeunes de la Maison des jeunes ont participé récemment à un voyage au Costa Rica qu'ils ont organisé eux-mêmes avec les animateurs-intervenants. Depuis trois ans, les jeunes ont participé à de multiples campagnes de financement pour amasser les fonds nécessaires. Ils ont fait du porte-à-porte pour la vente de baguette de pain, la vente de chocolat, des lave-autos et plusieurs fins de semaine à faire de l'emballage au Super C. Le Club Rotary ainsi que le Club Optimiste de L'Ancienne-Lorette leur ont également donné un coup de main financier.

Pendant le voyage, le groupe a participé à plusieurs activités. Ils ont fait un safari aux crocodiles et à l'observation de plusieurs espèces

d'oiseaux, fait une randonnée en montagne pour observer le coucher du soleil au sommet. Par la suite, ils se sont rendus dans une serre pour observer différentes espèces de papillons et de reptiles pour ensuite terminer la journée en descente de montagne en tyrolienne. « Le voyage a pris fin avec la visite du parc national Manuel Antonio où ils ont pu voir des animaux dans leurs états naturels notamment des capucins, des paresseux, des perroquets ainsi que des iguanes et différentes sortes de poissons. Le soleil a été au rendez-vous tout au long de la semaine et les jeunes sont revenus exténués, mais avec un grand sourire aux lèvres et très fiers de leur expérience », selon M. Martin Vézina, coordonnateur à la Maison des jeunes de L'Ancienne-Lorette. ■

Une façon originale de souligner ses 50 ans

(YG) Le 30 mars 2011, M. Ghislain Daigle a célébré son 50e anniversaire. Sa façon originale de commémorer cette année charnière de sa vie est d'accomplir un marathon à chacun des mois de ses 50 ans. Il a débuté son défi le 16 avril 2011 à Salt Lake City, suivi

par la suite d'Ottawa, San Diego, San Francisco, Québec, Ottawa-Somersault, Montréal, Chicago, Philadelphie, Philadelphie, Las Vegas, Orlando, Austin et finalement Los Angeles le 18 mars dernier.



M. Ghislain Daigle en pleine action lors de son marathon à Austin au Texas.

Adeptes de plusieurs sports, c'est vers l'âge de 18 ans que M. Daigle a commencé à pratiquer la course à pied. Il a d'ailleurs fait son premier marathon à l'âge de 22 ans à Montréal. Aujourd'hui âgé de 50 ans il n'a jamais arrêté de courir depuis ce temps. Il a à son actif 20 marathons, 9 demi-marathons et 24 de 10 km. Il a su adapter l'intensité de ses entraînements en fonction des divers événements de vie qui sont survenus au cours de cette période: mariage, naissance de ses trois fils, boulot, etc.

Toutefois, depuis 1999, il a intégré de façon plus intensive la course à pied à son horaire de travail. En effet, cinq jours par semaine, il court environ un 10 km sur son heure de dîner avec des amis ou seul. De temps en temps, il arrive et repart du travail à la course à pied. Il se réserve la matinée du dimanche pour faire une longue sortie d'une durée variant de 1 h 30 à 2 h 15, à la course.

À chacune des villes où il participe à un marathon, il prolonge quelque peu son séjour afin de profiter de l'occasion avec son épouse Marie pour visiter et découvrir chacune de ces belles villes. ■

Un artiste international, Ljubomir Ivankovic, illuminera les murs de la Maison de la culture

(YG) Pour le mois d'avril, une nouvelle exposition à saveur internationale fera son entrée à la Maison de la culture. En effet, ROUGE et BLEU, de l'artiste Ljubomir Ivankovic, sera présentée du 5 au 29 avril inclusivement.

Ljubomir Ivankovic a fait ses débuts dans le domaine des arts en Yougoslavie, son pays natal. En 43 ans de pratique, il a exposé à maintes reprises en solo et dans des expositions collectives au Canada et à l'étranger. Les États-Unis, l'Argentine, le Japon, la France, la République tchèque, la Pologne et l'Allemagne figurent parmi les pays où il a eu la chance de faire connaître son art. De 1980 à 1990, Ljubomir Ivankovic a été professeur de peinture, gravure et design à la Haute École de design graphique à Belgrade, en Serbie. À partir de 1990, il agit à titre d'artiste indépendant et exerce le métier de peintre (huile, acrylique, aquarelle, etc.). Parallèlement, il développe l'art de l'estampe et enseigne l'art graphique. Il s'illustre pour la première fois au Canada dans une exposition solo présentée en 1994 au Centre Saidye Bronfman, à Montréal.

Dans ROUGE et BLEU, Ljubomir Ivankovic dévoilera une série d'œuvres empreintes d'un style à la fois élégant et équilibré, où la représentation de la figure humaine – la femme, en l'occurrence – est dépeinte à la manière surréaliste. L'artiste yougoslave se plaît également à exploiter le thème récurrent de la pomme, symbole de l'existence de l'homme. Les formes volumineuses et le rôle qu'il accorde à la lumière font aussi partie de sa signature esthétique. Au fil de ses toiles, les visiteurs pourront contempler la beauté du corps humain, tout en se laissant envoûter par les traits définis d'un portrait ou d'une mise en scène évoquant un monde irréel. ■

TUSCANOS

- CUISINE ITALIENNE -

SPÉCIALITÉS MAISON : PÂTES, PIZZAS, VEAU

Déjà
9 ans
Merci!

SPÉCIAL ANNIVERSAIRE

Du dimanche au jeudi à compter de 16h30. Incluant soupe du jour et café

CRÉEZ VOS PLATS DE PÂTES FAVORITES

4 choix de pâtes, 5 choix de sauces.
20 combinaisons possibles

13.09\$

ESCALOPE DE VEAU GENOVESE

16.09\$

DIX (10) LANGOUSTINES GRILLÉES

19.09\$

DÉJEUNERS FRUITÉS
TOUS LES JOURS JUSQU'À 14H

1445, av. Jules-Verne, Sainte-Foy (angle Duplessis) • 418.877.7200
Vaste stationnement privé gratuit • tuscanosquebec.com

le JOURNAL de L'Ancienne-Lorette

Le Journal d'information | www.journ-al.ca

1039 rue Panneton
L'Ancienne-Lorette (Québec)
G2E 6E7
Tél. : 418 780-0999
Télécopieur : 418 780-0800
info@journ-al.ca
www.journ-al.ca
Éditeur-directeur général :
Pierre Cassivi

RÉDACTION

Rédacteur :
Yvon Giroux
redaction@journ-al.ca
Comité aviseur de correction
Correcteur :
Jacques Bélanger
Collaboratrice :
Suzie Lemay
Photographes :
Martin Martel
Caroline Grégoire
Collaborateurs jeunesse :
Alexandra Cassivi
David Cassivi

PUBLICITÉ

Ghislain Gaudreau
Responsable secteurs
gouvernementaux et
éducationnels
Cell. : 418 998-0970

Sylvie Charest
Cell. : 418 254-4367
scharest@journ-al.ca
Territoires de Val-Bélair,
Saint-Émile, Neufchâtel Est,
Lebourgneuf et immobilier

ADMINISTRATION
Suzie Lemay

DISTRIBUTION
Publi-Sac (résidentielle)
Postes Canada (commerciale)
Distribution Affiche-Tout

IMPRESSION
Les Presses du Fleuve
Dépôt légal :
Bibliothèque nationale
du Québec

PRODUCTION
Mario Bernier
production@journ-al.ca

PROCHAINE PARUTION

Mai 2012

DATE DE TOMBÉE

18 avril 2012

Les étudiantes du Collège Champigny font étalage de leur talent

YVON GIROUX

redaction@journ-al.ca

Les étudiants du Collège Champigny ont prouvé qu'ils avaient du talent à revendre, lors de la finale locale de Secondaire en spectacle.

Toujours aussi conceptuelle dans ses numéros, l'une des troupes de danse de Rubidium y est allée d'une chorégraphie sous le thème de la Robotique. Les étudiantes de première à troisième secondaire, avec leurs deux entraîneuses de cinquième secondaire, ont été récompensées pour leur travail des quatre derniers mois. La troupe formée par Léa Mercier, Florence Fortin, Alessa Auger, Stéphanie Aubé, Rosemary Proulx, Corinne Montreuil, Coralie Bergeron, Aurélie Cliche, Isabelle Tremblay, Klara Martel-Laroche, Jessika Proulx et Andréanne Julien participera pour une première fois aux finales régionales.

Élysabeth Drolet, 4e secondaire, a également séduit le jury avec son interprétation de

Je veux; une chanson de l'artiste française Zaz. Pieds nus sur scène, Élysabeth, âgé de 15 ans, participait pour la troisième fois à une finale locale de Secondaire en spectacle et son travail acharné lui assure une place aux finales régionales, pour une première fois.

Celle qui chante depuis l'âge de 5 ans souhaite conserver le chant comme une passion et poursuivre des études dans le domaine de la santé. ■



La troupe Rubidium et complètement à droite, Élysabeth Drolet.

Chantelait célèbre son 30^e anniversaire

YVON GIROUX

redaction@journ-al.ca

Chantelait, groupe de soutien à l'allaitement souligne la présence de M. Éric Caire, député de La Peltre, lors des célébrations soulignant le 30^e anniversaire de l'organisme. Chantelait s'est vu remettre un certificat honorifique de l'Assemblée nationale et un don en argent. Cette reconnaissance contribue à stimuler la motivation et l'engagement des membres. ■



Mme Isabelle Poulin reçoit de M. Éric Caire un certificat honorifique de l'Assemblée nationale.

La clinique vétérinaire Hamel

est nouvellement aménagée dans de nouveaux locaux situés au 6366 boul. Wilfrid-Hamel à L'Ancienne-Lorette.

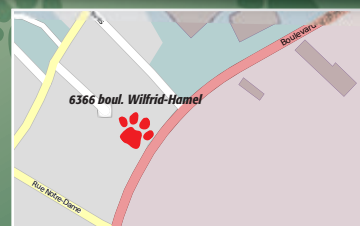
Nous vous offrons un service très efficace et personnalisé qui comporte :

- Consultation vétérinaire pour chiens et chats
- Chirurgies générales (stérilisation, césarienne, suture de plaies, masses, abcès...)
- Chirurgies abdominales (corps étranger, calculs urinaires...)
- Laboratoire complet (analyse de sang, urine, selles, masse...)
- Radiologie numérique claire, rapide et sécuritaire.
- Dentisterie élaborée : Radiologie, détartrage, extractions dentaires complexes.
- Boutique de nutrition complète.

Dr Jean Lamarre, MV

Notre équipe attentionnée et professionnelle vous accueille :
du lundi au vendredi de 9 h à 20 h et le samedi de 9 h à 12 h

418 872-4942



Une trentaine de personnes participent à l'assemblée annuelle de l'AGAAL

YVON GIROUX

redaction@journ-al.ca

L'Association des gens d'affaires de L'Ancienne-Lorette (AGAAL) a tenu récemment

son assemblée générale annuelle. Plus d'une trentaine de membres étaient présents. La première heure s'est déroulée sous forme de réseautage pour se terminer avec la réunion proprement dite. M. Daniel Bussières a été réélu président de l'AGAAL. ■



Une trentaine de personnes ont assisté à l'assemblée générale annuelle de l'AGAAL.



M. Daniel Bussières a été réélu président de l'Association des gens d'affaires de L'Ancienne-Lorette pour un autre mandat.

Deux départs au sein du conseil d'administration de l'AGAAL

(YG) La page est maintenant tournée pour deux membres de l'ancien conseil d'administration de l'AGAAL, soit MM. Joël Labonté et Frédéric Vachon. Spécialiste dans l'installation de système d'alarme, Alarme Protec Plus, M Labonté, a consacré près de dix ans au sein de l'Association des gens d'affaires de L'Ancienne-Lorette. L'ensemble du conseil d'administration a profité de

l'assemblée annuelle pour le remercier chaleureusement pour sa contribution et sa grande implication.

Le conseil a également tenu à remercier M. Frédéric Vachon, de Newtec électricité, pour son implication sur le conseil d'administration au cours des dernières années. ■



M. Frédéric Vachon a décidé de ne pas renouveler son mandat au sein de l'AGAAL après quelques années d'implication.



M. Joël Labonté a consacré dix ans d'efforts au sein de l'AGAAL.

Deux nouveaux membres au sein du conseil d'administration de l'AGAAL

(YG) Qui dit départ, dit aussi arrivée de nouveaux membres au sein du conseil d'administration de l'AGAAL. M. Vincent Bérubé, de La Cage aux sports fait ainsi son entrée au sein du conseil. M. Stéphane Brousseau de la Microbrasserie Archibald a aussi

été élu pour un premier mandat au sein de l'Association des gens d'affaires de L'Ancienne-Lorette. ■



M. Stéphane Brousseau de la Microbrasserie Archibald fait désormais partie du conseil d'administration de l'AGAAL.



M. Vincent Bérubé, de La Cage aux sports a été élu au conseil d'administration de l'AGAAL.

Les complexes funéraires

SYLVIO MARCEAU

Québec – Charlesbourg – L'Ancienne-Lorette

Plus présent, plus humain et plus abordable que jamais.

Osez comparer!

AUTRES ADRESSES :

224, St-Vallier Ouest, Québec

15015, boul. Henri-Bourassa, Québec

1460, Notre-Dame, L'Ancienne-Lorette

418 522-5212

www.sylviomarceau.ca

ASSOCIATION DES GENS D'AFFAIRES DE L'ANCIENNE-LORETTE

La danse et la création à l'honneur à la PAL !

(YG) La créativité était au rendez-vous lors de la récente finale locale de Secondaire en spectacle de la Polyvalente de L'Ancienne-Lorette.

Simon Kearney, âgé de 16 ans, a su s'entourer de musiciens de talent, afin de l'aider à finaliser la musique qui accompagne les paroles de Tout à l'envers, une pièce qu'il a composée un peu avant les Fêtes. Il a recruté Christophe Hamel, 14 ans, à la basse, Samuel Cartier-Lavertu, 17 ans, à la guitare et un étudiant avec lequel il s'était rendu aux finales régionales l'an dernier, Antoine Forest-Côté, 16 ans, à la batterie. La pièce musicale a nécessité environ trois mois de travail au groupe, pour en arriver à ces arrangements.



À l'avant la troupe Athlétique, derrière, de gauche à droite : Samuel Cartier-Lavertu, Antoine Forest-Côté, Christophe Hamel et Simon Kearny.

C'est une première participation aux finales régionales pour la troupe Athlétique Danse Élite. Cette troupe parascolaire a participé à quelques reprises aux finales locales et c'est un travail acharné qui leur permet de franchir cette nouvelle étape. Les 14 danseuses, âgées de 14 à 18 ans, pratiquent leur chorégraphie depuis septembre dernier. D'ailleurs, deux membres ont participé à sa création, Sarah-Jane Savard et Audrey Fecteau. Sur scène, elles étaient accompagnées par Laurie Boulianne, Véronique L'heureux, Félicia Lay-Caron, Rosalie Leblanc, Audrey Bertrand, Alexandra Rioux, Madeleine Dulac, Noémie Lequy, Roxanne Bérubé, Mélissa Richard-Joncas, Joany Rousseau et Laurianne Savard. ■

France Taschereau se joint à l'équipe d'Archibald Microbrasserie Restaurants

(YG) M. François Nolin, propriétaire d'Archibald, Microbrasserie Restaurants, vient d'annoncer la nomination de Mme France Taschereau à titre de directrice des ventes et du marketing. Elle est en poste dès maintenant.

«Avantageusement reconnue dans le milieu comme une leader dans son domaine, France apportera une exceptionnelle expertise à une équipe déjà bien pourvue à cet égard en plus de son professionnalisme et son dynamisme, reconnus par ses pairs. C'est vraiment une acquisition exceptionnelle pour Archibald!», a mentionné François Nolin.

France Taschereau, chez Archibald, aura, entre autres, le défi de faire progresser le développement, la visibilité et la vente de tout le secteur Bières d'Archibald. Elle aura la responsabilité de la mise en marché des bières et des nouveaux produits, du développement des liens avec les chaînes d'alimentation ainsi que des commandes et des activités promotionnelles.

Professionnelle dynamique de plus de 25 ans d'expérience dans le domaine de la vente, du marketing et de la gestion en hôtellerie et en restauration, France Taschereau a fait sa marque à Québec par sa détermination et son sens des

affaires. Après avoir collaboré de près il y a quelques années au démarrage du fameux Resto bar Savini, elle avait aussi notamment, pendant près de 15 ans, travaillé au Capitole de Québec où elle fut directrice des services de restauration et d'hébergement. France a aussi œuvré en début de carrière, au cours des ans, comme gérante-adjointe du Café de la Terrasse du Château Frontenac, comme représentante publicitaire dans les stations radiophoniques CJRP et CHIK et comme directrice du bar restaurant Beaugarte. ■



Mme France Taschereau, nouvelle directrice des ventes et du marketing et M. François Nolin, propriétaire d'Archibald, Microbrasserie Restaurants.

Spécialiste en décoration



Nouveau
Aménagement
de garde-robes
sur mesure
Facile d'installation

RONA

Quincaillerie
Gauvin

1955, Notre-Dame, L'Ancienne-Lorette (Québec) G2E 3E1
T. 418 872-1473 ■ F. 418 872-9617 ■ jeanmorin@ronagauvin.com

www.rona.ca

déco

style

ambiance

concept

Ouvert du lun. au ven. de 8 h à 21 h

Sam. et dim. de 8 h à 19 h

Le service, la qualité,
la fraîcheur et bien plus...

C'est ce que vous retrouverez chez nous.

Une seule adresse :

1988, rue Notre-Dame

L'Ancienne-Lorette

418 872-7987

On vous attend !

OFFREZ UN PANIER DE
FRUITS FRAIS DE LA CORNEQUEL BEAU
CADEAU À
OFFRIR !À partir de
30\$ Service de
livraison
en sus

SPÉCIAUX EN VIGUEUR

du jeudi 29 mars au 4 avril 2012 inclusivement

Fruits et légumes

**Champignons**

Blancs, frais, entier, de l'Ontario - 227 gr

0.99\$
ch.**Banane**

Produit importé

0.59\$ ^{1.30\$/kg}
/lb**Ananas**

Costa Rica

2.99\$
ch.Demandez votre
carte fidélité**Café en grain**
William**11.99\$** ^{26.43\$/kg}
/lb

Boucherie

**Tournedos de bœuf,
porc ou poulet****4.99\$** ^{11.00\$/kg}
/lb**Filet mignon de
porc frais**
Assaisonné ou non**3.99\$** ^{8.80\$/kg}
/lb**Contre filet de
bœuf Angus AA****7.99\$** ^{17.61\$/kg}
/lb**Filet de saumon**
De l'Atlantique**6.99\$** ^{15.41\$/kg}
/lb

Charcuterie et fromagerie

Le bon goût
à l'ancienne**Jambon rustique
Sans gluten****7.99\$** ^{17.61\$/kg}
/lb**Trio Découverte**
Fromagerie Bergeron3 pointes
Bergeron au
choix pour **11.99\$****Fromage La Sauvagine**
Alexis de Portneuf - 125 gr**4.99\$**
ch.**Sauce pour pâte
0 Sole Mio**
Gigi, 5 Formaggi, Alfredo,
Marinara, Rosée - 400 mL**3.99\$**
ch.

Boulangerie et épicerie fine

**Mélange à muffins**
Dr. Oetker - 200-205-220 gr**1.00\$**
ch.**Bouillon à fondue**
Indien - 990 mL**1.00\$**
ch.**Produits
Les Caprices d'Antan**
Soucieux de votre santé - Tartinade,
coulis, confit, ketchupSans
gluten
Sans
trace d'arachide
teneur en sucre
2 pots/7.00\$**Sirop d'érable clair**
100% pur - Produits d'érable des
Appalaches - 540 mL**6.99\$**
ch.**Lait 2%**
4 litresChez nous, c'est le plus
bas prix régité par la loi**Tomate Italpasta**
Entière ou coupée - 796 mL**2/3.00\$****Pâtes Lancia**
Spaghetti, Spaghettini, Macaroni - 900 gr**2.00\$**
ch.**Tire ou beurre**
Produits d'érable des Appalaches
250 gr**4.99\$**
ch.**TIRAGE D'UN CHOCOLAT BELGE YOMA 900 gr****LE SAMEDI 7 AVRIL 2012 • JOYEUSES PÂQUES**

Le Défi des têtes rasées du Collège de Champigny rapporte 4 000 \$

YVON GIROUX

redaction@journ-al.ca

La tête rasée a été momentanément à la mode au Collège de Champigny. Grâce à l'initiative d'une ancienne élève à la très longue chevelure, Sophie Robitaille, le Collège de Champigny a participé à un Défi Têtes rasées qui rapporte 4 000 \$ au profit de LEUCAN.

17 élèves, 3 membres du personnel et 2 invités ont relevé le défi Têtes rasées récemment au Collège de Champigny. La visite d'Étienne

Caisse, élève de première secondaire au Collège, qui a reçu un diagnostic de leucémie en début d'année scolaire est venu confirmer les motivations que chacun avait à faire partie de cet événement. Sophie Robitaille et Béatrice Morissette feront don de leurs cheveux au programme DonEspoir Cancer qui a comme mandat de remettre gratuitement des perruques naturelles aux enfants québécois atteints de cancer. ■



Voilà le résultat. L'implication de ces personnes aura rapporté 4 000 \$ au profit de LEUCAN.



Une partie des participants avant que les coiffeuses des salons de coiffure Caro et Le Cran aient exercé leur art.

Les Chevaliers de Colomb remettent 400 \$ à Présence-Famille

(YG) Les Chevaliers de Colomb, conseil 4246 Ancienne-Lorette, avec la collaboration de son Comité féminin, ont remis un chèque

de 400 \$ à l'organisme: Présence-Famille de Saint-Augustin-de-Desmaures, afin de les soutenir dans leurs activités. ■



Le grand chevalier, M. Marc Comeau, M. Arthur Marchand, directeur, M. Michel Gilbert, président de l'organisme et sa conjointe Josée et Mme Lise Vaillancourt, présidente du Comité féminin.

AVIS DE CONVOCATION

Aux membres de la Caisse populaire Desjardins du Piémont Laurentien

Vous êtes, par la présente, convoqués à l'assemblée générale annuelle de votre caisse qui aura lieu :

- DATE : Le lundi 30 avril
- HEURE : 18 h 30 Accueil
19 h Début de l'assemblée
- LIEU : Église de L'Ancienne-Lorette
1625, rue Notre-Dame

Les membres pourront prendre connaissance du rapport annuel et du rapport du conseil de surveillance, décider de la répartition des excédents annuels, de l'intérêt payable sur les parts permanentes et sur les parts de ristournes, le cas échéant, statuer sur le versement de ristournes provenant de la réserve pour ristournes éventuelles, le cas échéant, adopter un budget pour certains placements, le cas échéant, élire les membres du conseil d'administration et du conseil de surveillance et traiter de tout autre sujet inscrit à l'ordre du jour. Deux périodes de questions sont également prévues, l'une pour les questions destinées aux membres du conseil d'administration et l'autre pour les questions destinées aux membres du conseil de surveillance.

Élections

Veuillez noter que, lors des élections, est éligible toute personne physique qui est membre de plein droit, pourvu qu'elle soit admise depuis au moins 90 jours et qu'elle ne soit pas inéligible au sens de la Loi. Une candidature ne pourra être soumise à l'assemblée générale que si un préavis, signé par un membre et contresigné par le candidat, et respectant les autres modalités prévues au Règlement de régie interne de la Caisse, a été remis avant la fermeture de la Caisse le 20 avril 2012. Des formulaires d'avis de candidature, dont l'usage n'est pas obligatoire, sont disponibles à la Caisse.

Tous les membres de la Caisse sont cordialement invités à participer à cette assemblée.

Signé le 19 mars 2012
Amélie Beauchesne, secrétaire

Assistez à notre assemblée générale annuelle et profitez gracieusement d'un magnifique spectacle de l'Ensemble Gospel de Québec.

Un cadeau sera remis aux 500 premières personnes.

1638, rue Notre-Dame | 1095, boulevard Pie-XI Nord
L'Ancienne-Lorette (Québec) G2E 3B6 | Québec (Québec) G3K 2S7

UN SEUL NUMÉRO : 418 872-1445



Desjardins
Caisse populaire
du Piémont Laurentien

Mon équipe et moi sommes heureux de travailler dans l'intérêt de notre communauté



Alexandrine Latendresse
Députée de Louis-Saint-Laurent
6655, boul. Pierre-Bertrand, bureau 220
Québec (Québec) G2K 1M1
Tél. : 418-626-5522
Téléc. : 418-626-5646
alexandrine.latendresse@parl.gc.ca
www.alexandrinelatendresse.npd.ca



NPD
npd.ca

ROYAL LEPAGE
Inter-Québec
AGENCE IMMOBILIÈRE

FAITES LE BON CHOIX



Mario Morin
418 614-3970 www.mariomorin.ca

L'ANCIENNE-LORETTE



Cottage de style suisse, terrain + 8200 p.c., cour intime, haies de cèdre 3 côtés, possibilité d'y ajouter un garage, 3 chambres, **foyer au salon**. 239 000\$
Mario Morin 418 614-3970

LEBOURGNEUF



Condo situé au 3^{ème} étage, balcon de 6 x 16'. Vue imprenable sur Québec (180'), 3 ch, foyer, 2 portes-fen. de 8', 1 sdb, 1 se, climatisation centr, piscine et 2 stat. 269 000\$
Mario Morin 418 614-3970

ST-NICOLAS



ANCESTRALE digne de son époque avec plafonds à caissons et planchers de bois d'origine. Rénovée en respect avec son style au confort d'aujourd'hui, foyer au salon et âtre à la cuisine. 339 000\$
Mario Morin 418 614-3970

SAINTE-FOY



Maison modulaire 1986 **avec son terrain, sans voisin arrière**, 2 chambres à coucher, aire ouverte, poêle au gaz au salon, cabanon 8' x 12'. Portes et fenêtres 2008-2009, toiture 2009. 172 900\$
Mario Morin 418 614-3970

SAINTE-FOY



Maison modulaire offrant 3 chambres à coucher + 1 bureau, piscine, fenêtres 2003, recouvrement toiture 2007, salle de bain 2009. Peut se libérer rapidement. 129 000\$
Mario Morin 418 614-3970

VAL-BÉLAIR



Jumelé cottage adapté en 2 logis, plusieurs rénovations effectuées dont cuisine et salle de bains. Drain de fondation refait. Quartier paisible. Sans voisin arrière. 215 000\$
Mario Morin 418 614-3970



Nathalie Bolduc
418 655-6544

L'ANCIENNE-LORETTE



Très intéressant cottage 26 x 26 pi. certifié NOVOCLIMAT offrant 3 chambres à l'étage et 1 au s-sol. Filage audio-véo sur les 3 étages. Superbe aménagement paysager avec piscine au sel, thermopompe. Secteur familial convoité.



Agnes G. Rivard
418 576-9322



L'ANCIENNE LORETTE

Au prix d'un condo sans les frais communs. Beau jumelé très bien entretenu au fil des ans. 4 chambres et 2 salles de bains celle du rez-de-chaussée a été refaite récemment en entier. Planchers de bois et céramique. Vue imprenable sur la ville.

Agnes Rivard
418 576-9322
www.agnesrivard.com

**VOUS CHERCHEZ UN NOUVEAU DÉFI ?
FAITES CARRIÈRE EN IMMOBILIER**
INFORMATION POUR LES PROCHAINS COURS

Pierre Hudon, Crt imm. Agréé
Directeur des ventes
418 843-1151



179 000\$



Val Bélar, TRANSFERT! Maison en rangée, impeccable et très bien située. Rénovée, grand salon avec portes françaises. À VOIR!
Benoît Nadeau 418 843-1151
VISITEZMOI.CA 8717512

174 000\$



Neufchâtel, rare dans le secteur! Très beau condo 2 chambres situé au rez-de-chaussée. Aucune marche à monter. 2 stationnements. Situé près de tous les services.
Jean-Pierre Gamache 418 843-1151
VISITEZMOI.CA 8712051

204 500\$



Val Bélar, très joli jumelé, 2 chambres au rez-de-chaussée. Aires ouvertes, cuisine laboratoire, chambres au sous-sol, atelier, grande salle-familiale. Secteur jeune près de tous les services.
Richard Gauthier 418 843-1151
VISITEZMOI.CA 8717249

219 000\$



Lac St-Charles, IDÉAL PREMIER ACHETEUR! Peut se libérer rapidement, 3 chambres + 1 bureau, 2 salles de bains complètes. Grand patio 12 x 16 refait à neuf. Terrain 6500 pi.ca.
Francine Rozon 418 843-1151
VISITEZMOI.CA 8703031

219 000\$



Neufchâtel, superbe jumelé de 24 x 40 vous offrant 4 chambres, salle familiale, 2 salles de bains complètes. Plusieurs rénovations effectuées. Secteur très convoité.
Nathalie Bolduc 418 843-1151
VISITEZMOI.CA 8717054

239 000\$



Loretteville, bungalow 40 X 26 avec garage 16 x 24. 3 chambres, très éclairé, beaucoup de rangement dans la cuisine. Grande salle familiale avec poêle à bois. Grand patio.
Richard Gauthier 418 843-1151
VISITEZMOI.CA 8717379

239 000\$



Neufchâtel, Grand jumelé, 3 chambres à l'étage. Magnifique salle de bain refaite, foyer au bois. Terrain avec piscine et spa. Adossé à une piste cyclable.
Sylvie Lacasse 418 843-1151
VISITEZMOI.CA 8704970

219 900\$



Les Saules, Jumelé, 3 chambres, planchers bois et céramique, 1 salle de bain, 1 salle d'eau, beaucoup de rénovations effectuées. IMPECCABLE.

Frédéric Bouchard 418 843-1151
VISITEZMOI.CA 8705516

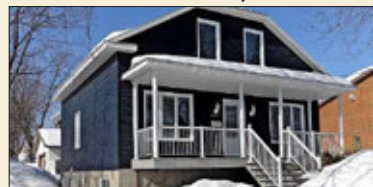
229 900\$



Val Bélar, grande propriété à papiers multiples, 3 chambres avec possibilité de 4, 2 salles de bains. Situé dans un secteur des plus intéressant. À ne pas manquer!

Danny Roy 418 843-1151
VISITEZMOI.CA 8696714

249 000\$



Les Saules, Douce demeure aux charmantes boiseries, situé sur coin de rue près de l'église Ste-Monique et de l'aréna. Plusieurs rénovations effectuées.

Lise Lamontagne 418 843-1151
VISITEZMOI.CA 8698441

249 900\$



Neufchâtel, Impeccable, entièrement rénové, 2 chambres et un grand bureau, situé près de tous les services. **Meilleur rapport Qualité/Prix du secteur.**

Denis Bernier 418 843-1151
VISITEZMOI.CA 8689748

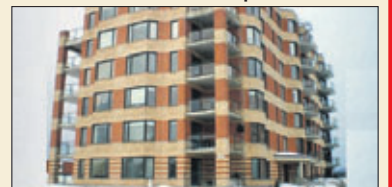
269 000\$



Lac St-Charles, coup de cœur assuré, boisé à l'arrière, rue paisible (cul-de-sac) 4 grandes chambres dont 2 au sous-sol, 2 salles de bains dont 1 avec bain podium.

Sylvie Audet 418 843-1151
VISITEZMOI.CA 8708533

269 000\$



Québec, Jardins Rive Gauche, secteur de choix à quelques pas de la rivière St-Charles. Impeccable condo 954 pi.ca. décoré avec goût, planchers de bois en merisier. Tout pour plaire.

Martine Poulin 418 843-1151
VISITEZMOI.CA 8708014

274 500\$



Val Bélar, très joli bungalow, bien entretenu, 3 chambres, bois franc, 2 salles de bains. Sortie extérieur au sous-sol. Garage 22 x 26 isolé, chauffé.

Serge Boulay 418 843-1151
VISITEZMOI.CA 8674377

280 000\$



Les Saules, bungalow très chaleureux, bien entretenu, vous offrant 3 chambres dont 1 au sous-sol, beau terrain 6 600 pi.ca. très tranquille et recherché. À VOIR!

Agnes Rivard 418 843-1151
VISITEZMOI.CA 8704172

289 000\$



St-Émile, Beau cottage avec 2 grandes chambres à l'étage + boudoir, possibilité d'une 3e chambre. Planchers lattes d'érable, patio à papiers. Secteur tranquille face à un parc.

Denis Labrie 418 843-1151
VISITEZMOI.CA 8698664

320 000\$



St-Émile, superbe cottage 28 x 26 secteur jeune et recherché, 3 chambres à l'étage + coin lecture, planchers lattes de bois et céramique, beau terrassement paysager.

Agnes G. Rivard 418 843-1151
VISITEZMOI.CA 8707203

www.royal-lepage.qc.ca

450 personnes participent au Festival des flocons 2012 de l'école Les Primevères – Jouvence

YVON GIROUX

redaction@journ-al.ca

Le froid n'a pas eu raison des quelque 450 élèves et membres du personnel de l'école Les Primevères – Jouvence lors de la 2^e édition du Festival des flocons.

Les élèves ont eu droit à une demi-journée d'activités hivernales. L'organisatrice de ce gros événement, Véronique Doyon, ensei-

gnante en éducation physique a pour objectifs d'encourager les élèves à faire des activités à l'extérieur et de leur faire apprécier notre climat. Au programme : courses à relais, mini-hockey, jeux d'habileté, soccer, jeux gonflables et, pour se réchauffer, du chocolat chaud préparé par les nombreux bénévoles parents et amis. ■



450 personnes ont participé à la 2^e édition du Festival des flocons de l'école Les Primevères – Jouvence.



présente

Les héros de mon enfance

Comédie musicale de Michel Tremblay

Mise en scène de Réjean Vigneault

13, 14, 18, 19
20 et 21 avril 2012

Centre communautaire
de l'Ancienne-Lorette
1302, des Loisirs Est
20 HEURES

Adultes : 20 \$
16 ans et moins : 17 \$



Desjardins
Caisse populaire
du Piémont Laurentien

BILLETTERIE 871-8402



Vitro-Plus Ziebart Ancienne-Lorette offre la garantie Sécuriclair

YVON GIROUX

redaction@journ-al.ca

« Vitro-Plus Ziebart Ancienne-Lorette offre la garantie Sécuriclair, la seule garantie qui couvre toutes les réparations suite à une 1^{re} réparation ou changement de pare-brise. De plus, nous sommes les seuls à détenir la recommandation CAA 5 étoiles dans ce secteur d'activités, explique M. Daniel Bérubé, propriétaire de l'entreprise depuis 2006.

« Nous sommes également les seuls à faire la récupération de pare-brise. Pour nous, c'est le Service avant tout. Nous voulons nous assurer de la fidélité du client. Si celui-ci est satisfait de de notre travail, nous deviendrons une référence pour ses parents et amis par le biais du bouche à oreille », affirme M. Bérubé, dont l'entreprise offre aussi les produits et services suivants : pare-brise, esthétique, attache-remorque, démarrage à distance et radios à son commerce du 6420, du boulevard Hamel. ■



M. Daniel Bérubé est le propriétaire du Vitro-Plus Ziebart Ancienne-Lorette depuis maintenant six ans.

La période du changement de pneus est à nos portes

YVON GIROUX

redaction@journ-al.ca

L'arrivée hâtive du printemps risque peut-être d'accélérer la période où les automobilistes changent leurs pneus d'hiver pour ceux d'été. Toute fois, comme aucune législation ne régit la période pour passer des pneus d'hiver à ceux d'été, cette période peut s'étirer jusqu'à la mi-mai, sinon encore plus tard. « Les consommateurs prennent leur temps, mais ils ne devraient pas retarder ce moment. L'idéal au fond c'est que le client achète ses pneus d'été tout de suite et prenne rendez-

vous pour la pose dans la période située entre le 10 et le 15 avril, je dirais même jusqu'à la fin avril, si la personne ne voyage pas sur de longs trajets », explique M. Réjean Vézina, du Docteur du Pare-Brise du boulevard Hamel.

Toutefois, M. Vézina conseille aux automobilistes de ne pas trop attendre pour effectuer le changement de pneus parce que les pneus d'hiver usent plus vite en condition estivale parce qu'ils n'ont pas de ceinture d'acier. Ils se détruisent plus rapidement à cause de cela. Le pneu d'hiver refroidit en été, le pneu chauffe et se déforme ce qui fait

en sorte que l'adhérence est diminuée en proportion de la déformation du pneu.

Le printemps est également une belle occasion de changer ou de faire réparer le pare-brise. « De nos jours, les abrasifs ne sont plus utilisés pour les routes. Ils utilisent des cailloux l'hiver ce qui occasionne de nombreux petits picots sur le pare-brise ce qui, à la longue, vient à affecter la visibilité et la transparence du pare-brise. La roche et les petits grains de sable utilisés pour l'entretien des routes amènent une augmentation des bris de pare-brise. Il faut alors les changer

parce que cela affecte la vision du conducteur », poursuit M. Vézina.

Pour les pare-brise en bon état, M. Vézina recommande l'utilisation de l'Aquapel, qui fait perler l'eau sur le pare-brise. « Avec ce produit, nous n'avons pas l'effet de pluie sur le pare-brise et cela augmente la visibilité », assure M. Vézina.

Le Docteur du Pare-Brise offre en exclusivité et en nouveauté les Mags Ixion. Quant aux pneus, il offre aussi en exclusivité les pneus Nito. ■



M. Jean-Sébastien Deschenes, représentant au Docteur du Pare-Brise, pourra vous conseiller pour l'achat des pneus.



M. Réjean Vézina, propriétaire du Docteur du Pare-Brise recommande aux consommateurs d'acheter leurs pneus d'été dès maintenant et de les faire installer un peu plus tard.



Tom Donovan
M.B.A. Courtier immobilier agréé

La force d'une équipe à votre service!



RE/MAX @ccès
agence immobilière



dono.mobi



Marcel Bilodeau
Courtier immobilier agréé

equipedonovan.com
418.948.1000

L'ANCIENNE-LORETTE NOUVEAU 1920 Beauregard, beau bungalow, nouveau pl. lattes merisier, vivre en annexe 9x9, 4 chambres, salle familiale + foyer s-sol. Terrain paysager, orienté soleil, piscine HT. 267 000\$	L'ANCIENNE-LORETTE 997 de la Volute. Superbe cottage 4 côtés briques, cuisine rénoverée, foyer au salon, 3 chambres et 2 salles de bains à l'étage, patio couvert avec piscine HT. Bel emplacement! 365 000\$	CHARLESBOURG 385-389 65e Rue, immeuble de qualité rénové au fil des ans. Actuellement 2 X 4 1/2 et 1 X 11 1/2 loué en 8 chambres sans bail. Idéal propriétaire-occupant, bi-génération ou investisseur. 379 000\$	CHARLESBOURG VENDU 5 min du Relais! 15 des Ramures, beau plain-pied de 5 chambres s-sol aménagé avec sortie extérieure. Cour intime et boisée. Poss. d'occupation rapide. Vue sur la montagne! P.D. : 239 000\$	CAP-SANTÉ À 200 pieds du fleuve! 2 Côte du Quai, petit paradis aménagé sur 3 niveaux, 4 chambres, finition de qualité, garage détaché double, terrain intime de + de 50 000pc. 479 000\$
SAINT-ROMUALD 101-103, de l'Hébreux, opportunité super intéressante, possibilité transformer en condo. Duplex récent dans un des plus beaux secteurs de St-Romuald. 289 000\$	SAINT-NICOLAS VENDU Rare sur le marché! 881 des Tillouls, presque entièrement rénové, 3 1/2 s-sol loué 600\$/mois. Superbe cuisine avec comptoir lunch en quartz. Beau terrain 9 900 p.c. P.D. : 274 500\$	SAINT-ÉTIENNE 59 Périgord, spacieuse maison avec magnifique aire ouverte, cuisine immense avec armoires thermoplastique, 4 grandes chambres, beau coup de rangement, aucun voisin arrière. 275 000\$	QUÉBEC VENDU 1425 Isabelle-Aubert, magnifique condo sur 2 étages, immeuble de qualité, plafond de 10 pieds sur les 2 niveaux, 2 chambres, 2 terrasses 6 x 18, stationnement int., rangement. P.D. : 274 900\$	SAINTE-BRIGITTE Inférieur à l'évaluation! 4 Valmont, belle grande bi-génération, très fonctionnelle, voisins éloignés, garage double sur 2 niveaux, très grand terrain avec ruisseau et petit pont, site enchanteur. 337 000\$
QUÉBEC 2305 Barachois, élégant condo, aires ouvertes, plafonds de 9', 2 chambres, planchers en flottant, foyer au gaz, grand balcon, 2 stat. : 1 int. & 1 ext., 249 900\$	SAINT-AUGUSTIN 445-447 des Artisans, magnifique propriété clé en main, 3 chambres à l'étage, grand 3 1/2 loué 600\$/mois ou poss. d'intérogénération. Piscine HT chauffée et spa. Près des services, 349 000\$	SAINTE-BRIGITTE Vue panoramique sur montagnes! 19 Zurich, superbe propriété, fenestration abondante, aires ouvertes, foyer central 4 faces, toit ciseau au salon, amateurs de grands espaces. 299 500\$	SAINTE-FOY Libre! 1090 La Barre, beau jumelé avec abri d'auto, entièrement rénové en 2011, toit ciseau, cuisine en polyester et comptoir granit. Grand terrain intime, à 5 minutes du CHUL. 259 500\$	CHARLESBOURG 6085 de Pise, imposante canadienne, cuisine avec îlot, 5 chambres, 2 salles de bains complètes, foyer salon & poêle à bois au s-sol, piscine CR chauffée. 389 000\$

Franc succès du Forum sur la sécurité de la vieillesse

YVON GIROUX

redaction@journ-al.ca

C'est devant une salle à pleine capacité que Lysanne Blanchette-Lamothe, porte-parole adjointe du NPD pour les aînés et Alain Giguère, porte-parole adjoint du NPD pour les pensions ont pu échanger à la salle A.G.A.M avec plus de 75 personnes au sujet des réformes annoncées à la sécurité de la vieillesse du Canada.

Également présentes, les députées du NPD pour les circonscriptions de Charlesbourg et de Louis-Saint-Laurent, Anne-Marie Day et Alexandrine Latendresse, qui se sont pour leur part réjouies de l'implication des chefs de file de leur circonscription respective. En effet, plusieurs personnalités importantes des communautés locales ont assisté à la conférence. ■



Un peu plus de 75 personnes ont assisté à la rencontre sur les réformes à la sécurité de la vieillesse au Canada.

Sous le soleil, c'est pas toujours beau!

Une expérience bien concrète pour des ados

(YG) Les élèves de 4^e et 5^e secondaire du Programme d'éducation internationale de l'école secondaire polyvalente de L'Ancienne-Lorette ont participé récemment à une activité de sensibilisation aux méfaits de l'exposition au soleil.

Mme Chantal Labbé, finissante au baccalauréat en sciences infirmières de l'UQUAM, accompagnée d'une équipe de professionnels de la Société canadienne du cancer a donné, dans un premier temps, une séance d'infor-

mation sur les comportements adéquats à adopter lorsque l'on s'expose au soleil. Par la suite, chacun d'entre eux a fait prendre sa photographie dans un appareil nommé le Photomaton qui leur a révélé l'état des dommages causés à leur peau.

L'initiative bien concrète de Chantal Labbé s'est avérée un véritable succès auprès de ces jeunes de 4^e et 5^e secondaire qui ont pris conscience des dommages causés par le soleil à leur propre peau. ■



Mmes Francine Desrochers, directrice de l'école, Geneviève Déry, enseignante, Martine Bérubé, infirmière de l'école, M. Yvon Roy, Société canadienne du cancer, Mme Dominique Claveau, Société canadienne du cancer, M. Jean-Luc Jolivet, bénévole, Mmes Catherine Lavoie, Société canadienne du cancer, Chantal Labbé, infirmière et instigatrice du projet.



CONTACTEZ-NOUS POUR VENDRE OU POUR ACHETER
418 806-2972

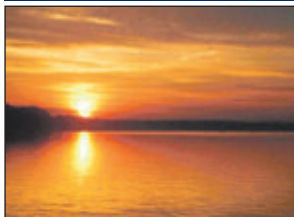


Haute-St-Charles



Venez découvrir ce jumelé de 3 ch. clé en main. Toiture, fenest., cuisine et revêt. de plancher rénové. Cour très intime clôturée plein soleil toute la journée. Mur mitoyen en béton. Pièces spacieuses et ensoleillées. Très bien entretenu, même propriétaire depuis 10 ans. Présentement libre donc prise de possession rapide ou flexible!

Neuveville



Faites vos offres! Terrain sis directement sur le bord du fleuve. Auto construction, les services seront fournis par le vendeur. Terrain de ± 854 m². Réalisez votre rêve & construisez-vous sur le bord du fleuve! Profitez des magnifiques paysages que le fleuve peut vous offrir...

L'Ancienne-Lorette



Superbe cottage bien entretenu. 3 chambres à l'étage & 1 au sous-sol, 2 salles de bains complètes, grande cuisine & salle à manger, beaucoup de luminosité, revêtement de la toiture neuf. Cour intime bordée d'une grande haie, rue très tranquille, près de tous les services. À voir absolument!

Charlesbourg



CLÉ EN MAIN/Reste à choisir vos couleurs! Rénos effectuées: portes/fenêtres/revêtement toit/isolation/revêtement ext. 4 ch./1 au s.s., aire ouv. cuisine/salle à manger, bcp de lumin., foyer propane, salle fam./cinéma maison intégré. Grand ter., patio orienté sud, cabanon 12'x16'. Prise de poss. rapide. Photos sur demande.

Val-Bélair



Près de tout! Beau duplex comprenant 2x4 1/2. Vous voulez vous loger à petit prix & profiter d'une grande cour intime! Idéal pour propriétaire occupant. Vendu sans garantie légale de qualité aux risques & périls de l'acheteur.

Sainte-Foy



Très bel immeuble, excellente location, entretenu avec soin au fil des ans. Revêtement de toit neuf, stationnement, dans un secteur de location sûre. À voir sans faute! Visite sur promesse d'achat acceptée seulement.

L'Ancienne-Lorette



Joli bungalow à L'Ancienne-Lorette avec abri d'auto, armoires de cuisine en chêne, 3 chambres avec planchers de bois franc, parqueterie au salon, sous-sol non fini. Venez le découvrir!

L'Ancienne-Lorette



Située dans secteur paisible & recherché, ravissante maison offrant 3 chambres à l'étage/1 au s-sol. Cuisine & salle de bains réno. avec goût en 2010. Pièces ensoleillées, s-sol compl. amén.: salle de lavage, grande salle familiale, chambre, sdb avec douche, établi. Grand terrain intime bordé de haie mature. Elle partira vite!

MAISON, CONDO OU JUMELÉ NEUF
Contactez nous, nous avons accès à tous les projets dans la région de Québec!



Sainte-Foy



VENDU
en 16 jours

Vous voulez devenir propriétaire au coût d'un loyer? Cette charmante maison mobile saura vous combler! Revêt. de la toiture, fenêtres, planchers flottant, salle de bains refaits à neuf. UN VRAI BIJOU! Climatiseur dans la chambre principale inclus pour les journées chaudes de l'été. Superbe piscine avec toile neuve/2009. Faites vite...

Québec



VENDU
en 27 jours

Val-Bélair



VENDU
en 6 jours

Construction 2003. Superbe bungalow de 26'x34', 3 chambres dont 2 au rez-de-chaussée, planchers bois & céramique, flottant au sous-sol, salle familiale très éclairée, belle cour arrière avec piscine & patio double. Vaut le détour!



Via Capitale
Québec Champlain
Agence immobilière

850, boul. Pierre-Bertrand
Bureau 230
Québec (Québec) G1M 3K8
Tél. : 418 624-4444

www.zonebloc.com

Leader en immeuble à revenus!

www.zoneproprio.com

Maison, Condo, Terrain



418 806-2972
Maxime Houde

418 806-3422
Marie-Pier Goineau

418 931-3610
Dave Pouliot

Le LORETTAIN

JOURNAL MUNICIPAL DE LA VILLE DE L'ANCIENNE-LORETTE

Service des loisirs



Programme d'aspirant moniteur NIVEAU 1 (INITIATION) ET NIVEAU 2 (AVANCÉ)

Tu désires en connaître davantage sur l'animation de groupe?

Tu aimerais être animateur/animateur lorsque tu auras 16 ans ?

Si tu es âgé (e) entre 13 et 15 ans au 25 juin 2012, tu auras la possibilité de t'inscrire au « Programme d'aspirant moniteur » offert par le Programme Vacances-Été.

Description du programme :

Les aspirants moniteurs seront amenés à découvrir et à exploiter leur talent en animation dans le cadre d'un stage au camp. Lors d'une semaine typique, les aspirants moniteurs bénéficieront d'ateliers théoriques, réaliseront des projets spéciaux et pourront parfaire leur expérience en animation dans les groupes d'enfants. Le programme sera supervisé en tout temps par une responsable du camp.

Sujets abordés lors des formations :

- L'enfant et ses caractéristiques;
- Le jeu sous toutes ses formes;
- La qualité d'une bonne planification;
- L'univers de l'animation;
- Les interventions à faire auprès des enfants;
- Le travail d'équipe;
- Le fonctionnement général d'un camp et l'aspect sécuritaire de celui-ci.

LE NIVEAU 1 sera axé sur les besoins et caractéristiques de l'enfant

LE NIVEAU 2 sera axé sur le monde de l'animation dans les groupes d'enfants

Qui peut s'inscrire au « Programme d'aspirant moniteur? »

- Des jeunes extrêmement motivés à participer au programme;
- Des jeunes qui veulent s'impliquer à 100 % dans la formation;
- Des jeunes qui sont créatifs, responsables et qui n'ont pas peur du ridicule.

IMPORTANT : seulement les gens ayant suivi le niveau 1 du Programme Vacances-Été pourront s'inscrire au niveau 2.

Durée du programme :

Le programme s'échelonnait sur une période de 6 semaines (du 2 juillet au 10 août). L'inscription est **GRATUITE** pour tout l'été.

Inscription à compter du 2 avril 2012.

**** Faites vite, nous acceptons un maximum de 6 inscriptions dans chaque niveau ****

Pour information : 418 614-1907 p.222

Service du greffe

AVIS PUBLIC DEMANDES DE DÉROGATION MINEURE

AVIS PUBLIC est, par les présentes, donné :

Que le conseil municipal de la Ville de L'Ancienne-Lorette statuera lors de sa séance ordinaire qui se tiendra le 24 avril 2012, à 20 h, à la salle du conseil située à l'hôtel de ville de L'Ancienne-Lorette au 1575, rue Turmel, L'Ancienne-Lorette, sur les demandes de dérogation mineure suivantes :

- Propriété sise au 1840, rue Mondor, L'Ancienne-Lorette, lot 1 778 881 du cadastre du Québec : permettre l'agrandissement de la résidence unifamiliale jumelée avec une marge de recul avant de 3,5 mètres en lieu et place de 6,1 mètres exigés par le *Règlement de zonage n° V-965-89*;
- Propriété sise au 1844, rue Mondor, L'Ancienne-Lorette, lot 1 778 882 du cadastre du Québec : permettre l'agrandissement de la résidence unifamiliale jumelée avec une marge de recul avant de 3,5 mètres en lieu et place de 6,1 mètres exigés par le *Règlement de zonage n° V-965-89*;
- Propriété sise au 1060, rue de l'Avenir, L'Ancienne-Lorette, lot 1 311 068 du cadastre du Québec : permettre l'agrandissement de la résidence unifamiliale jumelée avec une marge de recul latérale de 2 mètres en lieu et place de 3,9 mètres exigés par le *Règlement de zonage n° V-965-89*.

Tout intéressé pourra se faire entendre par le conseil municipal de la Ville de L'Ancienne-Lorette relativement à ces demandes au cours de la séance du 24 avril 2012.

Donné à L'Ancienne-Lorette ce 28 mars 2012
Claude Deschênes, avocat
Greffier de la Ville

RAYON DE SOLEIL

Rayon de soleil offre à la population de son territoire qui y est éligible de compléter gratuitement les rapports d'impôts. Rapports complétés par des bénévoles.

Dès maintenant jusqu'au 19 avril 2012. Mardi et jeudi seulement.

Critères d'admissibilité :

	Revenu maximum
Personne seule	20 000 \$
Couple	26 000 \$
Chaque enfant à charge	2 000 \$
Monoparentale	26 000 \$
Personne à charge supplémentaire	2 000 \$

Revenu d'intérêts inférieur à 1 000 \$.

Pour informations, contactez Rayon de soleil au 418 871-7055.

Adresse : 1565, rue Turmel, 2^e étage

Horaire : mardi et jeudi

De : 9 h 30 à 11 h 30 et de 13 h à 16 h.



Horaire des bains libres - Semaine de relâche

(HORAIRE SUJET À CHANGEMENT. CONSULTEZ LE SITE INTERNET AU WWW.LANCIENNE-LORETTE.ORG)

Du 2 avril au 3 juin 2012

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
11 h 30 à 13 h 00 Bain pour tous	11 h 30 à 13 h 00 Bain en longueur	12 h 30 à 13 h 45 Bain 50 ans et +	11 h 30 à 13 h 15 Bain en longueur	11 h 45 à 13 h 00 Bain 50 ans et +	13 h 45 à 15 h 00 Bain pour tous	13 h 45 à 14 h 55 Bain pour tous
					15 h 10 – 16 h 15 Bain en longueur (1)	15 h 00 à 15 h 55 Bain 50 ans et +
				19 h 00 – 20 h 20 Bain pour tous	18 h 30 – 20 h 00 Bain pour tous	
20 h 35 – 21 h 45 Bain en longueur		20 h 35 – 21 h 45 Bain en longueur		20 h 30 – 21 h 35 Bain adultes	20 h 10 – 21 h 20 Bain adultes	20 h 30 – 21 h 35 Bain en longueur

Légende (1) : piscine seulement

Bain pour tous : enfants de 8 ans et moins accompagnés d'une personne responsable de 13 ans et +

Bain en longueur : 13 ans et +
Bain adultes : 15 ans et +

Horaire des bains libres Congé de Pâques

Du 6 au 9 avril 2012

Vendredi 6	Samedi 7	Dimanche 8	Lundi 9
9 h 00 à 9 h 55 Bain 50 ans et +	9 h 00 à 9 h 55 Bain 50 ans et +		9 h 00 à 9 h 55 Bain 50 ans et +
10 h 00 à 10 h 55 Bain pour tous	10 h 00 à 10 h 55 Bain pour tous		10 h 00 à 10 h 55 Bain pour tous
13 h 00 – 14 h 50 Bain pour tous	13 h 00 – 14 h 50 Bain pour tous	13 h 00 – 15 h 30 Bain pour tous	13 h 00 – 14 h 50 Bain pour tous
18 h 30 – 20 h 15 Bain pour tous			18 h 30 – 20 h 15 Bain pour tous
20 h 25 – 21 h 35 Bain en longueur			20 h 25 – 21 h 35 Bain en longueur

Service d'urbanisme

GARAGES ET ABRIS D'AUTO TEMPORAIRES... IL EST TEMPS DE LES RANGER!

La saison hivernale étant terminée, il est temps de démonter et ranger les garages et abris d'auto temporaires.
DATE LIMITE : 15 AVRIL 2012



CONGÉ DE PÂQUES

À l'occasion du congé de Pâques, les services administratifs de la Ville seront fermés du 6 au 9 avril inclusivement.

PROCHAINE SÉANCE DU CONSEIL

Mardi 24 avril à 20 h

Bibliothèque Marie-Victorin

Voici les activités qui se dérouleront à la bibliothèque Marie-Victorin en avril 2012.

Pour informations complètes sur les activités, composez le 418 641-6142, poste 4

Les 9 et 9 avril prochain, la bibliothèque sera fermée à l'occasion du congé de Pâques.

ACTIVITÉS GRATUITES

Il suffit de se procurer un laissez-passer!

HORAIRE BIBLIOTHÈQUE MARIE-VICTORIN

LUNDI :	FERMÉ
MARDI :	13 h 30 à 18 h 30
MERCREDI :	13 h 30 à 20 h 30
JEUDI :	13 h 30 à 20 h 30
VENDREDI :	13 h 30 à 20 h 30
SAMEDI :	9 h 30 à 16 h 00
DIMANCHE :	9 h 30 à 16 h 00

ÉVEIL À LA LECTURE

Places limitées

Pour les petits, des contes passionnants racontés par

Mamie Laine,
alias Elen Guillemette.

Bibliobébé

Dernière rencontre de la saison:

Dimanche le 22 avril à 9 h 30.

Inscription obligatoire au comptoir de prêt.

Places limitées.

Clientèle : 18 mois à 3 ans

Durée : 45 minutes

Heure du conte

Dernière rencontre de la saison:

Dimanche le 22 avril à 10 h 30.

Groupe complet.

Début d'une nouvelle série en septembre.

Clientèle : 3 à 5 ans

Durée : 60 minutes



EXPOSITION

Ébauche

Claire Gravel capte des petits moments de vie au hasard des jours et sait ravir le cœur des gens qui perçoivent dans ses tableaux une vivacité, une joie de vivre et une belle folie. Vous aurez grand plaisir à faire connaissance avec son petit monde tout en couleur! Du 3 au 22 avril.



ATELIER

1^{er} avril, 13 h 30

Bricolage de Pâques

Décoration d'une toile originale pour embellir ta chambre. Laisse aller ton imagination! Tout le matériel est fourni.

Laissez-passer disponibles au comptoir de prêt 30 minutes avant l'activité.

Clientèle : 5 à 14 ans

Durée : 60 minutes

CONCERT

1^{er} avril, 10 h 30

Café concert

Revivez vos plus beaux souvenirs musicaux avec le pianiste **Jean-Guy Dufresne**.

Entrée libre.

Clientèle : Adultes

Durée : 90 minutes

ACTIVITÉ LITTÉRAIRE

Les amis du livre

Des rencontres pour partager le goût des livres. Quatrième rencontre de la saison le 10 avril à 13 h 30.

Lieu : Salle Victor-Laurin

Durée : 180 minutes

CONFÉRENCE

24 avril, 19 h

Inspirez le savoir-vivre aux jeunes qui vous entourent



Sandra Paré, auteure de guides sur le sujet, présente, lors de cette conférence, les bases du civisme et de la politesse chez les adolescents et les jeunes adultes. Comment appuyer son jeune avec adresse en évitant les conflits de générations? Comment le guider positivement vers le marché du travail et dans la vie? Toute vérité est-elle bonne à dire?

Laissez-passer disponibles dès le 14 avril.

Clientèle : Tous

Durée : 90 minutes



SPECTACLE

22 avril, 13 h 30

Par les anneaux de Saturne

Lorsqu'Archibald, explorateur spatial, décide d'offrir à sa mère un voyage sur les anneaux de Saturne pour ses 125 ans, il n'a pas prévu de s'égarer. Ni que son vaisseau tombe en panne... Et encore moins d'affronter une pluie de météorites! Mais, parfois, de telles aventures permettent d'intéressantes rencontres... Bonne fête maman! **Avec Artefacts et Artifices.**

Laissez-passer disponibles dès le 7 avril.

Clientèle : 5 à 12 ans

Durée : 45 minutes



SERVICE des travaux publics

OFFRES D'EMPLOI

Les personnes intéressées à soumettre leur candidature doivent nous faire parvenir leur curriculum vitae par la poste à Diane Bilodeau, Service des ressources humaines, 1575, rue Turmel, L'Ancienne-Lorette (Québec) G2E 3J5, par courriel : diane.bilodeau@ville.lancienne-lorette.qc.ca, via notre site Internet au www.lancienne-lorette.org ou encore par télécopieur au 418 641-6019, **au plus tard le 13 avril 2012 à 16 h 30.**

ÉTUDIANTES OU ÉTUDIANTS EN HORTICULTURE

SOMMAIRE DES RESPONSABILITÉS :

- entretenir les fleurs annuelles et vivaces et les arbustes dans les parcs et autres terrains de la Ville ;
- procéder au binage, désherbage et sarclage des surfaces à entretenir.

EXIGENCES :

- être étudiant et poursuivre un programme d'études en vue de l'obtention d'un diplôme reconnu par le ministère de l'Éducation;
- être en excellente condition physique;
- détenir un permis de conduire classe 5.

QUALITÉS PERSONNELLES RECHERCHÉES :

- sens des responsabilités;
- facilité à communiquer et à travailler en équipe.

CONDITIONS D'EMPLOI :

- temps plein, 40 heures par semaine, du début juin à la mi-août;
- salaire selon échelle salariale en vigueur.

ÉTUDIANTES OU ÉTUDIANTS POUR LA TONTE DE GAZON

SOMMAIRE DES RESPONSABILITÉS :

- effectuer la tonte de gazon dans les différents parcs et espaces verts de la municipalité.

EXIGENCES :

- être étudiant et poursuivre un programme d'études en vue de l'obtention d'un diplôme reconnu par le ministère de l'Éducation;
- être en excellente condition physique;
- détenir un permis de conduire classe 5.

QUALITÉS PERSONNELLES RECHERCHÉES :

- sens des responsabilités;
- facilité à communiquer et à travailler en équipe.

CONDITIONS D'EMPLOI :

- temps plein, 40 heures par semaine, du début juin à la mi-août;
- salaire selon échelle salariale en vigueur.

NETTOYAGE PRINTANIER DES RUES ET DES TROTTOIRS

Le Service des travaux publics procèdera au grand nettoyage printanier des rues et trottoirs de la municipalité, pour une période d'environ quatre semaines. Ces travaux seront réalisés entre 6 h et 22 h du lundi au vendredi inclusivement.



STATION DE VIDANGE

Le Service des travaux publics de la Ville de L'Ancienne-Lorette offre à ses citoyens l'opportunité de vidanger leur motorisé au garage municipal, situé au 6476, rue Yvon-Dolbec, et ce, 24 h/24 h.

RINÇAGE DU RÉSEAU D'AQUEDUC

Le Service des travaux publics procèdera au rinçage du réseau d'aqueduc **au cours du mois d'avril**. Ces travaux seront réalisés entre 22 h et 6 h, du dimanche au vendredi inclusivement.

Ces travaux peuvent occasionner le détachement de particules de rouille fixées à la paroi des tuyaux, ce qui provoque la coloration brune de l'eau. L'eau demeure potable, mais peut tacher le linge. Ne faites aucun lavage de linge avant d'avoir laissé couler l'eau pendant quelques minutes ou jusqu'à ce qu'elle redevienne à nouveau limpide.

Pour plus d'information, veuillez communiquer avec le Service des travaux publics au 418 872 8450.

PROGRAMME VACANCES-ÉTÉ 2012 - L'ANCIENNE-LORETTE

INSCRIPTION DU 2 AVRIL AU 25 MAI 2012

INFORMATIONS IMPORTANTES

- * LES ENFANTS SERONT REGROUPÉS SELON LEUR NIVEAU SCOLAIRE
- * LES ACTIVITÉS DU PROGRAMME VACANCES-ÉTÉ SE DÉROULERONT SUR UNE PÉRIODE DE 7 SEMAINES, DU LUNDI 25 JUIN AU VENDREDI 10 AOÛT 2012.
- * Tous les jeunes iront se baigner deux à trois fois par semaine à l'Aquagym de L'Ancienne-Lorette, pour le plaisir de tous!
- * UNE PHOTO DE L'ENFANT DOIT ACCOMPAGNER CHAQUE FICHE D'INSCRIPTION. CETTE DISPOSITION PERMETTRA L'IDENTIFICATION RAPIDE DE L'ENFANT EN CAS DE NÉCESSITÉ. LA PHOTO DOIT ÊTRE IDÉALEMENT DE FORMAT PASSEPORT, DE LA DERNIÈRE ANNÉE SCOLAIRE.
- * LE CHANDAIL, AU COÛT DE 10 \$, EST OBLIGATOIRE AFIN DE PERMETTRE UNE IDENTIFICATION RAPIDE DES JEUNES LORS DES SORTIES. DES ÉCHANTILLONS SONT DISPONIBLES À L'HÔTEL DE VILLE, POUR ESSAI.
- * LORS DES ACTIVITÉS AQUATIQUES, VOTRE ENFANT DOIT-IL PORTER UNE VESTE DE SAUVETAGE?

SI OUI, LES PARENTS ONT L'OBLIGATION DE FOURNIR LA VESTE DE SAUVETAGE À LEUR ENFANT. LA VILLE DE L'ANCIENNE-LORETTE NE FOURNIT AUCUNE VESTE DE SAUVETAGE. *À DÉFAUT DE FOURNIR CET ÉQUIPEMENT LE MATIN D'UNE SORTIE À LA PISCINE OU À UN PLAN D'EAU, L'ENFANT NE POURRA PAS ACCOMPAGNER LE GROUPE LORS DE CETTE SORTIE ET DEMOURERA À LA POLYVALENTE.

RENSEIGNEMENTS GÉNÉRAUX

DESCRIPTION GÉNÉRALE DU PROGRAMME



Les enfants de 5 à 12 ans pourront vivre une vie de groupe des plus intéressantes et motivantes à L'Ancienne-Lorette. Une équipe de moniteurs dynamiques, polyvalents et expérimentés procureront une animation de qualité et un encadrement sécuritaire à vos enfants. Le Programme Vacances-Été de la Ville de L'Ancienne-Lorette permettra à votre enfant de profiter d'une multitude d'activités palpitantes et enrichissantes. Une thématique fera vivre à votre enfant une dynamique de groupe à travers une diversité d'activités.

VOICI LES ACTIVITÉS QUI POURRONT ÊTRE MISES AU PROGRAMME :

CULTURELLES : bricolage, loisirs scientifiques, théâtre, danse créative, montage d'un spectacle de variétés, etc.

SPORTIVES : soccer, baseball, jeux de ballon, basketball, flag football, volleyball, kinball, deck hockey, jeux compétitifs, athlétisme, périodes de baignade, etc.

PLEIN AIR : chasse au trésor, grands jeux, randonnées, olympiades, etc.

SORTIES ET ACTIVITÉS SPÉCIALES : les jeunes effectueront une sortie par semaine qui sera adaptée à leur niveau scolaire. Il peut s'agir de sorties en plein air, sportives, de baignade, culturelles ou autres.

LIEU DE RASSEMBLEMENT ET SITE DES ACTIVITÉS

Polyvalente de L'Ancienne-Lorette
1801, rue Notre-Dame, L'Ancienne-Lorette, porte # 13 (stationnement à gauche de la Polyvalente)

HORAIRE DU CAMP DE JOUR ET DU SERVICE DE GARDE

Un service de garde (accueil et départ) est offert de 7 h à 9 h et de 16 h à 18 h. Il est à noter que le service de garde est gratuit.

Accueil : 7 h à 9 h Camp de jour : 9 h à 16 h Départ : 16 h à 18 h

SEMAINE DU CAMP DE JOUR ET TARIFICATION

SEMAINE	PÉRIODE	COÛT/ SEMAINE
1	25 juin au 29 juin	55 \$
2	2 au 6 juillet	55 \$
3	9 au 13 juillet	55 \$
4	16 au 20 juillet	55 \$
5	23 au 27 juillet	55 \$
6	30 juillet au 3 août	55 \$
7	6 au 10 août	55 \$



MODALITÉS D'INSCRIPTION

Vous pouvez inscrire votre enfant à la semaine. Cependant, le choix des semaines doit être fait lors de la période d'inscription afin de garantir vos places. **Deux façons de vous inscrire** : vous devez compléter une fiche d'inscription sur notre site web : www.lancienne-lorette.org ou encore vous procurer un formulaire à l'hôtel de ville de L'Ancienne-Lorette, à la bibliothèque Marie-Victorin ou à l'Aquagym. Un formulaire par enfant doit être complété et y inscrire la (les) semaine (s) correspondant à vos choix.

Il est important de compléter l'ensemble des informations demandées sur la fiche afin d'éviter tout retard dans le traitement de l'inscription. N'oubliez pas de compléter les sections « **santé** », « **information médicale** » et « **sécurité aquatique** » pour chaque enfant inscrit et, s'il y a lieu, la section nous permettant de vous faire parvenir le relevé 24 pour frais de garde d'enfants du ministère du Revenu du Québec aux fins de déduction d'impôt. Prenez note que ce relevé vous parviendra en février 2013.

PREUVE DE RÉSIDENCE

Une preuve de résidence pourra être exigée en tout temps.

COÛT D'INSCRIPTION

Le coût d'inscription est de 55 \$ par semaine par enfant. Le service de garde (accueil et départ), l'animation à l'heure du dîner, les activités spéciales et les sorties sont inclus dans le coût d'inscription. Une pénalité de 10 \$/famille, par 15 minutes, sera exigée pour tout retard après 18 h au service de garde.

MODALITÉ DE PAIEMENT

Trois façons de payer

1. Via votre institution financière (ACCÈS D ou TELNAT), en ajoutant le fournisseur « Ancienne-Lorette – Loisirs » et en indiquant le numéro de référence variable fourni lors de votre inscription en ligne. APPLICABLE POUR LES INSCRIPTIONS EN LIGNE SEULEMENT.
2. Par la poste, au 1575, rue Turmel, L'Ancienne-Lorette (Québec) G2E 3J5 : par chèque, daté du jour de l'inscription sur notre site, à l'ordre de Ville de L'Ancienne-Lorette, en indiquant votre numéro de référence variable ou le nom de votre enfant.
3. En personne, à l'hôtel de ville au 1575, rue Turmel : en argent, par Interac ou par chèque.

Les frais doivent être acquittés avant la fin de la période d'inscription, soit le 25 mai 2012.

Vous pouvez payer en deux versements si le total des coûts d'inscription est supérieur à 100 \$.

Le premier versement doit être effectué le jour de l'inscription et le deuxième au plus tard le 25 mai 2012. Veuillez identifier le nom de l'enfant ou le numéro de référence variable avec votre paiement.

DATE LIMITE D'INSCRIPTION

La date limite d'inscription est le 25 mai 2012. Après cette date, les places ne pourront être garanties.

NON-RÉSIDENTS

La priorité est accordée aux résidents de la Ville de L'Ancienne-Lorette. Les non-résidents peuvent s'inscrire à compter du 1^{er} juin 2012. Après cette date, les places vacantes seront comblées. Il en coûtera 82,50 \$ par semaine pour les non-résidents.

CONFIRMATION D'INSCRIPTION

Une confirmation d'inscription vous sera retournée par la poste ou par courrier électronique au cours du mois de juin. Vérifiez bien la confirmation reçue afin que les informations qui y figurent soient conformes à vos choix. Un document complet (document d'information aux parents) vous donnant les principales informations sur le déroulement du programme est disponible à la réception de l'hôtel de ville, à la bibliothèque Marie-Victorin, à l'Aquagym ainsi que sur le site Internet de la ville au www.lancienne-lorette.org. À moins d'une circonstance exceptionnelle, aucune modification d'inscription ne sera acceptée à la suite de la réception de votre confirmation d'inscription.

REMBOURSEMENT

Selon la politique en vigueur, aucun remboursement ne sera accordé après le début du programme, sauf en cas de force majeure (blessure, maladie ou déménagement). Dans ce cas, une demande écrite devra être adressée à l'attention du directeur du Service des loisirs au 1575, rue Turmel, L'Ancienne-Lorette (Québec) G2E 3J5. À noter qu'aucune demande de remboursement ne sera acceptée après le 30 août 2012.

RESPONSABILITÉ

La Ville de L'Ancienne-Lorette se dégage de toute responsabilité quant aux dommages corporels ou matériels pour les pertes ou pour le vol pouvant survenir dans le cadre des activités du Service des loisirs et aucun recours à cet effet ne peut être intenté contre la Ville.

En l'occurrence, le (les) parent (s) accepte (acceptent) les risques inhérents aux activités auxquelles l'enfant est inscrit.

RENSEIGNEMENTS

Pour obtenir des renseignements supplémentaires, communiquez avec l'équipe du Programme Vacances-Été, en composant le 418 614-1907 p. 222 du lundi au vendredi, de 8 h 30 à 12 h et de 13 h à 16 h 30.

CHANDAIL DU CAMP DE JOUR OBLIGATOIRE POUR LES SORTIES AU COÛT DE 10 \$



CERCLE DE FERMIERES DE L'ANCIENNE-LORETTE

La réunion mensuelle du **Cercle de fermières** aura lieu le mercredi 11 avril à 19 h 30 au sous-sol de la sacristie de l'église Notre-Dame-de-l'Annonciation. Bienvenue à toutes les dames intéressées.

Pour devenir membre, vous contactez Louise Vachon au 418 872-8224 ou Andrée Gélinas au 418 872-3998.

Venez vous joindre à nous. Au plaisir de vous rencontrer.



CLUB CYCLISTE VÉLORETTE

Inscription

Le Club cycliste Vélorette est un organisme sans but lucratif affilié au Service des loisirs de la Ville de L'Ancienne-Lorette. Il regroupe des cyclistes provenant de la grande région de Québec. Le type d'encadrement du Club favorise la randonnée récréative et touristique, mais n'exclut pas que de petits groupes puissent être formés pour une randonnée à caractère plus sportif.

Des randonnées sont programmées les mercredis soirs ainsi que le samedi ou le dimanche. Des voyages de fin de semaine, lors des congés fériés, sont également organisés. Enfin, pour passer des vacances à vélo, un voyage d'une semaine est offert en été.

Pour obtenir plus d'information ainsi que le formulaire d'inscription pour la saison 2012, visitez le site Internet du Club www.velorette.sitew.com.

La période d'inscription se termine le 16 avril 2012.



CLUB LIONS DE L'ANCIENNE-LORETTE

Le Club Lions de L'Ancienne-Lorette tient ses rencontres les premiers et troisièmes mercredis de chaque mois.

Pour plus d'information : Richard Dufour au 418 871-0766.

Site Internet : <http://www.e-clubhouse.org/sites/quebeclancienlorette/>



APPEL DE DOSSIERS ARTISTIQUES POUR L'ANNÉE 2013

Les artistes qui aimeraient exposer leurs œuvres à la Maison de la culture de L'Ancienne-Lorette durant l'année 2013 doivent faire parvenir leur dossier de candidature complet avant le **vendredi 8 juin 2012** à l'adresse suivante :

Maison de la culture de L'Ancienne-Lorette
A/S de Claudia O'Kell
1268, rue Saint-Paul
L'Ancienne-Lorette (Québec) G2E 1Z3

PRÉSENTATION DE CANDIDATURE

L'artiste doit soumettre un dossier de candidature incluant les documents suivants :

- une biographie incluant sa démarche artistique
- un curriculum vitae
- 10 à 15 photos d'œuvres récentes
- un dossier de presse (s'il y a lieu)
- Ces documents doivent être gravés sur CD ou DVD et être accompagnés d'une copie imprimée qui sera portée à l'attention d'un comité de sélection pour analyse. Veuillez noter qu'aucun dossier de candidature ne sera retourné. En cas de réponse négative, celui-ci sera détruit de manière à éliminer tout renseignement confidentiel.

Date limite pour réception des dossiers de candidature : vendredi le 8 juin 2012



INSCRIPTION : CLUB DE TENNIS L'ANCIENNE-LORETTE

Vous aimez le tennis, venez partager votre passion avec nous.

Le club vous offre des ligues, cours, cliniques et activités sociales qui vous permettront d'améliorer votre jeu, tout en vous amusant, tout cela sur nos magnifiques terrains en terre battue.

Pour en profiter, inscrivez-vous par voie électronique, après le 1^{er} avril, directement sur notre site ou par la poste, en vous procurant des formulaires d'inscription à l'hôtel de ville (1575, rue Turmel, L'Anc.-Lorette) ou à la bibliothèque Marie-Victorin (1635, rue Notre-Dame, L'Anc.-Lorette).

Abonnement	Résident (L'Ancienne-Lorette/Saint-Augustin)	Non-résident
Junior (moins de 18 ans au 1 ^{er} mai 2012)	35 \$	52,50 \$
Adulte (*Sénior : 65 ans et plus au 1 ^{er} mai 2012)	70 \$ (*35 \$)	105 \$ (*94,50 \$)
Familial**	140 \$	210 \$
Ligue	10 \$ / ligue (pour achat de balles)	
Cours	Informations disponibles sur demande	

** Un abonnement familial comprend un maximum de deux adultes et leur (s) enfant (s) de moins de 18 ans au 1^{er} mai 2012.

Dates limites d'inscription : 1^{er} mai pour les ligues
15 mai pour les cours de groupe
En tout temps pour devenir membre ou pour un cours privé

Pour informations supplémentaires, consultez le site : www.tennis-anc-lorette.ca ou laissez un message au **418 872 5025** et on vous rappellera le plus tôt possible.

LES AÎNÉS DE L'ANCIENNE-LORETTE FADOQ

1741, rue Notre-Dame, L'Ancienne-Lorette - 418 871-3648

Tous les vendredis de 19 h 30 à 21 h, danse avec l'orchestre Les Dynamiques Les Laurentiens, sous la direction de M. André Gosselin. Ouverture des portes à 18 h 30. Le prix est 8 \$ pour les membres et 10 \$ pour les non membres.

Un buffet est servi à la fin de la soirée.

Bienvenue à vous tous.

Ne pas oublier que le **6 avril 2012** (Vendredi saint) il n'y a **pas de soirée**.

La chorale les Cœurs d'or de L'Ancienne-Lorette, sous la direction de M. Lanouette, offrira un concert, le 9 mai 2012, à la salle des Aînés au 1741, rue Notre-Dame.

Entré gratuite.

Pour information : M. Lanouette au 418 628-4985.

Maison de la culture

Avril 2012



ROUGE et BLEU

Ljubomir Ivankovic

artiste de renommée internationale

5 au 29 avril

Vernissage : 5 avril, 17 h

COURS ARTISTIQUES

Début : 13 avril

Album-souvenirs d'antan

Clientèle : retraités

Horaire : 13 h 30 à 15 h

Durée : 3 semaines

36 \$ (résident) / 54 \$ (non-résident)

À VENIR !

Début : 10 mai

Création d'un masque

Clientèle : adultes

Horaire : 18 h 30 à 19 h 30

Durée : 3 semaines

26 \$ (résident) / 39 \$ (non-résident)

ATELIERS

21 avril

Sculpture à l'argile

Clientèle : adultes

Horaire : 9 h à 16 h

30 \$ (résident) / 45 \$ (non-résident)

À VENIR !

5 et 12 mai

- Initiation à l'aromathérapie (5 mai)

- Préparation de cosmétiques

100 % naturels (12 mai)

Clientèle : 16 ans et +

Horaire : 9 h à 17 h

Coût par séance :

100 \$ (résident) / 150 \$ (non-résident)

Pour inscription : www.lancienne-lorette.org

Pour information : 418 877-3517 ou mcal@videotron.ca

1268, rue Saint-Paul

Mercredi - 13 h à 16 h / Jeudi - 13 h à 20 h

Vendredi - 13 h à 16 h

Samedi et dimanche - 12 h à 16 h

CLUB OPTIMISTE DE L'ANCIENNE-LORETTE



ACTIVITÉS D'AVRIL :

Mardi le 3 avril - 19 h :

Réunion du CA

Samedi le 14 avril - 19 h :

Concours « Mini-Stars » à l'auditorium de la polyvalente de L'Ancienne-Lorette. (3^e édition)

Coût : 5 \$/adulte, gratuit 12 ans et moins

Tous âgés entre 5 et 12 ans, 28 jeunes de L'Ancienne-Lorette, dans 21 numéros différents, viendront performer sur scène et partager avec vous leurs talents en chant, danse, musique, ou toute autre discipline, pour tenter de gagner une médaille d'or, d'argent ou de bronze. De plus, ce concours est animé par 5 jeunes qui donnent pratiquement un spectacle dans le spectacle. Les billets sont en vente à la porte. Pour information, veuillez contacter Amélie Cantin au 418 687-9959. Venez encourager nos jeunes talents locaux.

Dimanche le 15 avril - 9 h 30 : Déjeuner des élections

ACTIVITÉS À VENIR :

Samedi le 12 mai - 11 h 30 :

Déjeuner du Club suivi, de 11 h 30 à 17 h, de l'« Appréciation-Jeunesse » (4^e édition).

Voici une autre activité jeunesse organisée par les membres optimistes de L'Ancienne-Lorette. L'« Appréciation-Jeunesse » est une activité reconnaissance pour valoriser certains élèves des classes des écoles primaires de L'Ancienne-Lorette et des environs. Chaque enseignant (e) des écoles Le Ruisseau, L'Étincelle, Trois-Saisons et des Hauts-Clochers ont à choisir un, ou une élève, qui s'est le plus amélioré (e), soit sur le plan social, académique ou comportemental. Cette « Appréciation-Jeunesse » a pour but de reconnaître et d'encourager l'effort soutenu par chacun de ces élèves.

La Caisse populaire Desjardins du Piémont Laurentien vous invite à ses conférences d'information offertes par des spécialistes !

Sujet : Perspectives économiques et financières 2012

Conférencier invité : Michel Doucet

Au cours des dernières années, vous l'avez sans doute constaté, les marchés boursiers ont parfois été très volatils. Plus que jamais, nos clients ressentent le besoin d'être bien informés et bien conseillés. Notre rôle est de les aider à atteindre leurs objectifs en leur offrant un accompagnement de première qualité, à la hauteur de leurs attentes et de leurs aspirations. Cette conférence vous permettra d'en apprendre davantage sur les perspectives économiques et financières et notre expert tentera aussi de répondre aux questions suivantes :

- Comment se positionner dans le contexte économique actuel?
- Comment répartir efficacement son actif?
- Comment structurer un portefeuille de placement selon son profil d'investisseur, ses besoins et sa tolérance au risque?

Date : Le mercredi 18 avril 2012

Heure : 19 h

Lieu : Notre place d'affaires de Val-Bélair 1095, boul. Pie XI Nord

Michel Doucet est vice-président et gestionnaire de portefeuille, Groupe conseil en portefeuilles chez Valeurs mobilières Desjardins.

Après l'obtention de son baccalauréat de la Faculté des Sciences sociales de l'Université du Québec à Montréal, et de sa scolarité de deuxième cycle, Michel Doucet débute sa carrière comme économiste junior au siège social de la Banque Nationale à Montréal. En 1992, il joint l'équipe du groupe institu-



tionnel - actions et revenu fixe - de Lévesque Beaubien Geoffrion à titre d'économiste, analyste de marché. Au cours des années, il mène divers projets touchant à l'économie internationale, nord-américaine et aux finances publiques canadiennes.

En 1996, l'équipe d'économistes institutionnels dont il fait partie, est classée première au pays par Brendan Wood International. En août 1997, Monsieur Doucet entre au Service aux particuliers de Lévesque Beaubien Geoffrion où il occupe les fonctions d'économiste, analyste du marché à revenu fixe et vice-président.

En 2004, il joint le secteur du plein exercice chez Valeurs mobilières Desjardins à titre de vice-président. Il occupe les fonctions de stratégie pour les titres à revenu fixe, d'économiste et de gestionnaire de portefeuille. Il gère la Direction Groupe conseil en portefeuille et meilleures pratiques d'affaires. ■

Réservez à votre agenda	Activités / Événements	Lieu
Mensuellement	FRIQ (Forum de Regroupement des Investisseurs Québécois) - Accompagner les investisseurs autonomes dans leurs achats et leurs ventes de titres en ligne via la plate-forme Disnat - Favoriser l'échange d'information et améliorer les connaissances de chacun des participants	Place d'affaires de Val-Bélair
18 avril 19 h à 21 h	Perspectives économiques et financières 2012 Par le conférencier : Michel Doucet - Est-ce que les marchés boursiers offrent des perspectives intéressantes de rendement? - Comment se comporte l'économie européenne et américaine? - L'inflation : en hausse ou à la baisse? - En tant qu'investisseur, comment devons-nous, nous comporter à l'intérieur de tout cela?	Place d'affaires de Val-Bélair
16 mai 19 h à 21 h	La Fiducie testamentaire Par la conférencière : Maude Vigneault - Vous voulez vous assurer que vos volontés sont bien respectées? - Vous voulez protéger vos actifs? - Vous voulez réduire le fardeau fiscal?	Place d'affaires de Val-Bélair
16 octobre 14 h à 16 h 30	ABC financier de nos aînés - Gestion des revenus à la retraite - Ce que vous devez savoir pour réussir la vente de votre maison - L'importance de bien planifier sa succession - Témoignage de la qualité de vie en résidence	Complexe sportif multidisciplinaire de L'Ancienne-Lorette
23 octobre 19 h à 21 h	Votre rêve, votre première résidence - Un rêve devenu réalité : Par où commencer? - La marche à suivre (mise de fonds, offre d'achat, etc.) - Les intervenants (notaire, évaluateur, inspecteur, etc.)	Place d'affaires de Val-Bélair

Réservez rapidement en téléphonant à la Caisse : 418 872-1445
Au plaisir de vous y rencontrer !

Calendrier des rencontres du Forum de Regroupement des Investisseurs Québécois (FRIQ) pour 2012

(YG) Vous aimeriez : rencontrer d'autres investisseurs autonomes afin de vous échanger de l'information, apprendre les fondements de l'analyse technique par le biais d'autres investisseurs, et cela, tout à fait gratuitement.

L'éducation des membres autonomes tient à cœur à la Caisse populaire Desjardins du Piémont Laurentien. Alors, pour une 3^e année, la Caisse vous invite à vous joindre à un groupe dynamique afin de vous permettre de progresser dans vos investissements. Ce groupe est ouvert à tous. ■



Pour information, veuillez contacter **Alexis Royer Pelletier** par courriel à l'adresse suivante : alexis.e.royer.pelletier@desjardins.com

Note : La Caisse populaire Desjardins du Piémont Laurentien offre gracieusement ses locaux pour les rencontres du FRIQ et M. Royer Pelletier agit simplement à titre d'agent de liaison.

Les rencontres ont lieu à la Caisse populaire Desjardins du Piémont Laurentien (Place d'affaires Val-Bélair) au 1095, boulevard Pie-XI Nord.

Voici le calendrier des rencontres pour 2012 :

26 mars	16 avril	7 mai
28 mai	pause estivale	27 août
17 septembre	8 octobre	29 octobre
19 novembre	10 décembre	



ÉRIC CAIRE
Député de La Peltrie



5121, boulevard Chauveau Ouest, bureau #201
Québec (Québec) G2E 5A6
418 877-5260
ecaire-lape@assnat.qc.ca
www.ericcaire.qc.ca

La semaine de l'action bénévole étant du 15 au 21 avril, je tiens à remercier et féliciter toutes les personnes qui œuvrent au sein des organismes.

Grâce à leur implication, ils deviennent un maillon essentiel de support à la communauté et contribuent au développement de notre société.

Prenons le temps de reconnaître le dévouement des bénévoles qui consacrent leur temps et leur énergie en donnant le meilleur d'eux-mêmes dans le seul but d'aider.

Merci à tous ces bénévoles.



Pour la première fois à Québec, Alain Samson présente Faites votre C.H.A.N.C.E.

Le 6 avril prochain, présentée au grand public pour la première fois à Québec, Alain Samson offre une rencontre de deux heures au cours de laquelle vous pourrez assister à une conférence qui pourrait changer votre façon de voir les choses. Faites votre C.H.A.N.C.E.

« Pour beaucoup de gens, le monde se divise en deux groupes : les chanceux et les malchanceux. Les premiers ont des vies heureuses, les deuxièmes naviguent d'échec en échec. Les premiers ont des emplois dans lesquels ils se réalisent, les deuxièmes croupissent dans des jobs ingrates. Les premiers ont trouvé le partenaire de vie idéal; les autres

vont d'échec amoureux en échec amoureux », explique M. Samson, qui a bâti sa conférence en partie sur son livre qu'il a écrit en 2008.

« La chance, c'est ce trait de caractère qui vous permet de profiter du hasard. Et vous pouvez dès maintenant, si vous le souhaitez, devenir plus chanceux. Des études scientifiques s'échelonnant sur près de 10 ans ont tenté de comprendre ce qui distinguait les personnes chanceuses des personnes malchanceuses. Les résultats de ces études sont claires : vous pouvez décider de faire grandir votre chance. Il suffit de développer six habitudes », assure le conférencier.

Il définit ainsi ces six habitudes, qui forment le mot chance : Choisir d'aller plus loin, Happer l'instant présent, Anticiper positivement l'avenir, Nourrir son réseau de contacts, Contextualiser les obstacles et Exécuter sans plus attendre.

Ce rendez-vous unique aura lieu le 6 avril à l'Hôtel Plaza, 3031 boulevard Laurier, Québec. Arrivée à 8 h 30 pour café et viennoiseries. Début de la conférence à 9 h. Fin de l'événement à 11 h. Faites vite! Les places sont limitées à 60 personnes! Le coût de cette conférence est fixé à 37 \$ plus taxes.

Pour information : www.alainsamson.net ■

Le spectacle-bénéfice 2012 de la Fondation du Cégep de Sainte-Foy rapporte 65 000 \$

YVON GIROUX

redaction@journ-al.ca

Le spectacle-bénéfice de la Fondation du Cégep de Sainte-Foy, Precious, de la chanteuse Ima, qui a eu lieu récemment à la Salle Albert-Rousseau, a rapporté la somme de

65 000 \$. L'événement se déroulait sous la présidence d'honneur de M. René Rouleau, président du conseil et chef de la direction, La Capitale groupe financier.

Avec Precious, la chanteuse Ima propose aux spectateurs un nouveau son, une nouvelle couleur révélant un côté méconnu

d'elle qui lui va à ravir. Ce spectacle marque une évolution importante dans sa carrière et ne déroge pas à l'objectif qu'elle s'était fixé : faire sourire ceux et celles qui l'écoutent et mettre de la joie dans les cœurs.

La Fondation soutient le Cégep de Sainte-Foy dans la réalisation de sa mission en encou-

rageant, notamment, la réussite scolaire, l'engagement des étudiants et en permettant la réalisation de projets pédagogiques novateurs. De plus, la Fondation offre un programme de bourses pour des stages de coopération internationale ou de formation à l'étranger et d'aide financière. ■



ÉPHÉMÉRIDES

Gilles Falardeau,
Société d'histoire de
L'Ancienne-Lorette

1729

Nous sommes en 1729. La vie à l'Ancienne-Lorette a repris son rythme normal. Un curé résident occupe le domaine pastoral. André-Joseph-Mathurin Jacreau, né en France en 1698 et ordonné prêtre à Québec par Mgr de Saint-Vallier, se distingue comme administrateur.

C'est sans doute à lui que l'on doit l'inventaire du terrain de la fabrique et le plan du clos de l'église. En particulier, il découvre l'existence d'une terre de la fabrique, acquise en 1714 dans la seigneurie de Gaudarville et abandonnée par celle-ci.

Le curé en profite pour en faire l'acquisition personnelle afin d'y puiser le bois nécessaire au chauffage du presbytère.

La paroisse compte probablement cinquante familles. Dans le rang Saint-Jean-Baptiste, il y avait deux familles, la veuve Chartrain et le dénommé Beupré. Ce dernier prend l'habitude de passer par un raccourci, à l'endroit où le ruisseau rejoint la rivière et qu'on appelle l'anse ou le jardin du père Bouvard.

Les Jésuites l'avaient donné, exempt de toute servitude de chemin public. Afin de maintenir ce droit, la fabrique dut avoir recours à l'intendant de la Nouvelle-France pour l'émission d'une ordonnance car le dénommé Beupré persistait à vouloir franchir la clôture ou à la démolir.



Le conseil d'administration de la Fondation du Cégep de Sainte-Foy et des partenaires lors du dévoilement du résultat financier du spectacle-bénéfice.

LES DÉVELOPPEMENTS

ROBKO

www.robko.ca

418 520-2220

Daniel Marois

SAINTE-FOY



- Cour exclusive
- Asphalté
- Gazonné
- Pierre et fibre de bois
- 5 modèles différents
- Split ou cottage
- Projet haut de gamme
- Garantie APCHQ
- Petits frais communs
- Projet de 30 unités

Prix à partir de **198 400 \$ + taxes**

L'ANCIENNE-LORETTE



- Cour exclusive
- Asphalté
- Gazonné
- 2 modèles
- Cottage 20x28
- Cottage 20x32
- Garantie APCHQ
- Petits frais communs
- Pierre et fibre de bois
- Projet haut de gamme
- Projet de 10 unités

Prix à partir de **203 000 \$ + taxes**

MAISONS MODÈLES À VISITER

8846, Marsouins, Charlesbourg
7985, boul. Wilfrid-Hamel, Sainte-Foy
1500, Lamontagne, Val-Bélair

Plusieurs modèles disponibles dans différents secteurs

Gabriel Roberge, 418 955-6000
Courtier agréé Via Capitale Sélect

CONDO À LOUER L'Ancienne-Lorette

Le St-Paul (condo haut de gamme)



Construction de béton, Novoclimat, ascenseur, stationnements intérieurs, planchers de bois et céramique, vue sur Québec, interphone, livraison immédiate.
418 808-3976



La Corne d'Abondance célèbre ses 40 ans

La qualité des produits, le service personnalisé et la propreté du commerce traversent les époques

Depuis le début de l'entreprise la Corne d'Abondance, il y a maintenant 40 ans, jamais les propriétaires, et ce, quelle que soit la génération familiale aux rênes de l'entreprise, n'ont fait de compromis sur trois aspects qui ont fait la renommée de l'entreprise : la qualité et la fraîcheur des produits offerts, un service à la clientèle personnalisé, rapide et courtois, et l'extrême propreté des lieux.



Mme Madeleine Bédard et M. Paul-Henri Paquet, les fondateurs de l'entreprise, sont aujourd'hui à la retraite. Ils sont très heureux de voir la relève à l'œuvre.



M. Alain Paquet, propriétaire de l'entreprise et Mme Julie Dufresne, directrice générale de la Corne d'Abondance.



C'est en 1996 que la Corne d'Abondance prend son apparence actuelle alors que des travaux d'agrandissement permettent de doubler la superficie du commerce.



1988, rue Notre-Dame
L'Ancienne-Lorette
418 872-7987
SERVICE DE LIVRAISON



La Corne d'Abondance : un bel exemple de success story québécois

Il y a maintenant un peu plus de 40 ans, M. Paul-Henri Paquet travaillait avec son frère Lionel qui faisait de la distribution de fruits et de légumes de porte en porte. Paul-Henri était acheteur et opérait sur le territoire de L'Ancienne-Lorette, et divisait les profits avec son frère.

Désirant voler de ses propres ailes, il décide ensuite de partir à son compte. Tout en continuant à faire son porte à porte, il achète alors un terrain pour y construire un garage et une chambre froide. Quelques années plus tard, M. Paquet y construit sa maison. C'est également au cours de cette même période, qu'il achète aussi un camion pour effectuer les ventes de fruits et de légumes à L'Ancienne-Lorette, mais aussi jusqu'à Valcartier. Cinq ans plus tard, il construit et opère, avec son épouse, Mme Madeleine Bédard, son petit kiosque saisonnier de fruits et de légumes situé sur un terrain qu'il a acquis sur la rue Notre-Dame à L'Ancienne-Lorette. L'histoire d'une entreprise familiale qui devait faire sa marque venait de débuter. Le couple agissant ainsi à titre de pionnier dans le développement de ce type de commerce.

Mme Bédard s'occupait du commerce sur place, tout en élevant sa petite famille. Une situation qui n'était pas très bien vue à l'époque. Mais les époux avaient du caractère et consacraient beaucoup de temps à l'évolution de leur commerce, devant s'occuper tout à la fois des achats, de la préparation, du montage et de la vente des fruits et des légumes et de l'administration. Mais dès le départ, les propriétaires avaient déjà établi leurs priorités : la très grande qualité et la fraîcheur des produits offerts, un service à la clientèle personnalisé, rapide et courtois et une propreté extrême des lieux. Des motivations qui subsistent toujours 40 ans plus tard.

Lors de l'ouverture du commerce, celui-ci était saisonnier, et concentré pendant la saison estivale. L'hiver, M. Paquet conduisait des autobus. Mais, petit à petit, le commerce se développe ce qui nécessite plusieurs agrandissements de la bâtisse et l'embauche de personnel en proportion de l'évolution de l'entreprise. Et dès leur jeune âge, les deux fils du couple, Réjean et Alain, s'impliquent dans l'entreprise. Le propriétaire actuel, Alain, y travaille dès l'âge de neuf ans : à la caisse enregistreuse, à la préparation des fruits et des légumes, il est de toutes les tâches. Puis, à 16 ans, il s'occupe d'aller chercher la marchandise au volant du camion de l'entreprise. Il effectue même ses premiers pas comme acheteur, suivant les dignes traces de son père.

1981, marque l'arrivée au sein de l'entreprise de Mme Julie Dufresne, qui suit les traces de Mme Paquet et apprend rapidement les différentes tâches à effectuer pour la bonne marche du commerce. C'est en 1984, pour répondre à une demande de plus en plus grandissante, que les propriétaires de l'entreprise



M. Paul-Henri Paquet devant son premier camion, il y a maintenant 40 ans. Il arrivait souvent à M. Paquet de prendre ses repas dans son camion.

décident de transformer leur commerce saisonnier en une entreprise opérant à l'année. Quelques années plus tard, les propriétaires-fondateurs décident de laisser toute la place à la relève familiale. « J'étais content et fier d'avoir une bonne relève et de pouvoir me retirer plus jeune et de pouvoir voyager », raconte M. Paquet.

Puis, en 1991, la nouvelle administration implante une technologie administrative qui devait s'avérer rapidement efficace. Elle permit à l'entreprise de se doter d'une structure plus définie, où les objectifs, les buts et les rôles de chacun étaient clairement établis. À la suite de la demande croissante de la clientèle, un projet d'agrandissement fut donc mis de l'avant. Et, en 1996, les travaux effectués permirent de doubler la superficie du commerce. De plus, son nouveau décor recrée l'image du marché d'autrefois avec son décor à ciel ouvert. Une autre initiative qui fut par la suite reprise par d'autres commerces.

Au printemps 1999, Réjean se retire et laisse les rênes de l'entreprise à son frère Alain. Mme Julie Dufresne occupe depuis le poste de directrice générale de la Corne d'Abondance.



Annie Berthelotte, diététiste/nutritionniste, Épicerie fine, compte 24 ans de service.



Marie Poulin, à la boulangerie, travaille à la Corne d'Abondance depuis maintenant 19 ans.



Steve Blackburn, à la boucherie, compte, quant à lui, 17 ans de service.

Photos Ghislain Gaudreau



Giguère Produits de viande est heureux de souligner le 40^{ième} anniversaire de La Corne d'Abondance.

Félicitations !

Abattoir AgriBio / Giguère Produits de viande
999, rue Industrielle, Saint-Agapit (Québec) G0S 1Z0
Téléphone : 418 888-5512, poste 209



**Nous sommes fiers d'être partenaires
avec la Corne d'Abondance.**

Bon 40^{ième} anniversaire!

4615, des Roses
Québec (Québec) G1G 1P3

Gilles Villeneuve
Tél. : 418 628-5707
Télec. : 418 628-7232

Le service, la qualité et la fraîcheur et bien plus... C'est ce que vous retrouverez à la Corne d'Abondance

Notre équipe RESPONSABLE 2012 pour mieux vous servir



Julie Dufresne,
directrice générale
Fruits/Légumes

Steve Blackburn
Boucherie

Steve Doyle
Charcuterie/
fromagerie

Marie Poulin
Boulangerie

Annie Berthelotte
diététiste/nutritionniste
Épicerie fine

Depuis le début de l'entreprise la Corne d'Abondance, il y a maintenant 40 ans, jamais les propriétaires, et ce, quelle que soit la génération familiale aux rênes de l'entreprise, n'ont fait de compromis sur trois aspects qui ont fait la renommée de l'entreprise : la qualité et la fraîcheur des produits offerts, un service à la clientèle personnalisé, rapide et courtois, et l'extrême propreté des lieux.



FRUITS/LÉGUMES

Variété de fruits et légumes sélectionnés par le meilleur des acheteurs de la région Québec
Le fils PAQUET
- Arrivage à tous les jours



BOUCHERIE

- 3 bouchers expérimentés pour vous servir
- Boîte économique
- Fondue chinoise, au bœuf, poulet et porc ainsi qu'une variété de fondues et raclettes de gibier
- Saucisse, pâté maison, cretons, viande cuite, ailes de poulet et bien plus
- Poisson : saumon, tilapia, sole, truite, etc.
- Poulet de grain
- Bœuf Angus

Nos viandes sont les meilleures... à vous de les savourer



CHARCUTERIE/FROMAGES

- Buffet froid à l'année.
- Mets cuisinés à tous les jours sans agent de conservation.
- Variété de fromage Québécois et d'importation
- Fromage à raclette et à fondue ainsi que location de poêle à raclette.
- Grain et fromage frais à tous les jours.
- Gros poulet chaud B.B.Q.
- Variété de salades faites maison.
- Nouveau et cuisiné sur place : tête fromagée

À goûter....

- Pour vos lunches, variété de sandwiches et de pizzas



BOULANGERIE

- Pain baguette cuit à tous les jours
- Croissant frais blanc ou blé au goût de beurre
- Pain cuisiné fromage bacon, ainsi que pain artisanal.
- Pain sans gluten
- Pain à grain germé
- Dessert cuisiné à tous les jours avec des fruits frais.



ÉPICERIE FINE

- Nutritionniste sur place
- Chronique santé à tous les mois
- Liste complète d'aliments sans gluten, sans lactose, sans noix et arachides.
- Outils gratuit : recettes, guide alimentaire etc.
- Café en grain William
- Variété de produits BIOLOGIQUES
- Variété de marinades et confitures maison sans sucre.
- Variété de jus pur, vin sans alcool etc.

Nous sommes heureux de vous compter parmi nos clients. Félicitations pour votre 40^e anniversaire!

Kiosque à Princeville... Ouvert à l'année

JUS, MOÛT, CIDRE, MIEL, PRODUITS DE L'ÉRABLE, ETC.



*Martin Brie
Mélanie Fleury*

304, Route 116 Est
PRINCEVILLE (Québec)
G6L 4K6
Tél. : / Fax : 819 364-5783
Tél. : 819 364-3276

AUTO-CUEILLETTE à PLESSISVILLE, 2655 rue ST-CALIXTE
De septembre à la mi-octobre

De nouveaux concepts à venir et une 3^e génération à l'œuvre

Toujours à l'avant-garde du marché, la Corne d'Abondance compte aujourd'hui 33 personnes qualifiées et spécialisées en matière de fruits et légumes, charcuterie et fromagerie, boucherie, boulangerie et de produits spécialisés. Elle allie un bon mélange d'expérience et de jeunesse qui lui permet de demeurer à l'affût des tendances, des goûts et des besoins des consommateurs.

L'entreprise familiale sait tirer son épingle du jeu dans un marché où elle côtoie chaque jour des géants de l'alimentation et des entreprises de son domaine qui peuvent compter sur de nombreuses franchises. Elle peut également compter sur une relève familiale solide et animée du même désir de réussir et de servir la clientèle avec le même souci de qualité et de courtoisie.

La relève a pour prénoms Mélanie et Sébastien, les enfants de Julie Dufresne et d'Alain Paquet. La première, âgée de 23 ans, travaille à la Corne d'Abondance, tout en faisant sa massothérapie, elle qui est praticienne en massage. Elle a également réussi son cours de kinésithérapie et qui étudie en orthothérapie à l'Académie scientifique du massage.



Mélanie Paquet étudie dans le domaine des médecines douces tout en travaillant à la Corne d'Abondance. Elle représente, tout comme son frère Sébastien, la 3^e génération au sein de l'entreprise.



Nicolas Giroux travaille dans le département des fruits et des légumes.

Le second, âgé de 21 ans, travaille au commerce familial tout en étudiant en administration à l'Université Laval. Il envisage éventuellement de prendre la relève de son père à titre d'acheteur.

« J'ai passé près de 32 ans ici, et j'aurai toujours cette flamme en moi. Je crois en la jeunesse et j'ai toujours affiché une ouverture à cette dernière. Nous avons beaucoup de jeunes étudiants qui travaillent ici, et je suis fière d'eux », raconte Mme Julie Dufresne, directrice générale du commerce.

« Nous avons des projets de développement de concepts très intéressants pour la Corne d'Abondance. Malheureusement, il est encore un peu trop tôt pour en parler. Mais, ces projets vont dans le sens de la continuité de l'esprit de notre entreprise. Et notre relève y est étroitement associée », termine M. Alain Paquet.



Mmes Céline Matte et Sylvie Fournier, caissières. Elles travaillent, elles aussi, depuis de nombreuses années au sein de l'entreprise.

C'est avec beaucoup d'admiration que nous félicitons la Corne d'Abondance pour ses 40 ans de loyaux services auprès de sa distinguée clientèle, si fidèle au fil des ans!
Bravo!!
L'équipe Lirette

Lirette INC.

- VENTE ET SERVICE CASIO
- SYSTÈME DE POINT DE VENTE
- CAMÉRA DE SURVEILLANCE
- LECTEUR OPTIQUE
- BALANCE ÉLECTRONIQUE
- CONTRÔLE DE BAR

418-842-9257

TOSHIBA

LOC

7 jours
24/heures

CASIO

Tél. : (418) 842-9257 • Fax : (418) 847-1763

Sans frais : 1-877-842-9257

www.caisselirette.com

B@ST

DIGI

8299, boul. l'Ormière, Québec, Québec G2C 1C2

une PIZZA de resto dans votre fourneau



végétarienne



4 fromages



garnie



super garnie



Pizzeria
LE GAULOIS

La Gauloise est la meilleure pizza congelée de resto faite à la main que vous trouverez dans un commerce près de chez vous en visitant



pizzerialegaulois.com

la Caisse populaire Desjardins du Piémont Laurentien sert 4 600 portions de soupe chaude au Festival des neiges

YVON GIROUX

redaction@journ-al.ca

Encore cette année, la Caisse populaire Desjardins du Piémont Laurentien était présente au Festival des neiges de L'Ancienne-Lorette en offrant de la soupe chaude à tous les visiteurs. Les cuistots en chef étaient Mme Danielle Châteauvert et

M. Jean-Philippe Riopel. Ils ont aussi reçu de l'aide d'autres employés et dirigeants tout au cours des deux journées du festival. Il y a eu un fort achalandage pendant les deux jours et c'est un total de 4 600 portions de soupe qui ont été servis. ■



Mmes Hélène Marcotte, adjointe à la direction générale, Danielle Châteauvert, conseillère aux communications, Hélène Lefebvre, administratrice au conseil d'administration, Brigitte Leclerc, conseillère au conseil de surveillance, MM. Marc Drolet, conjoint d'Hélène Marcotte, Jean-Philippe Riopel, planificateur financier et Jean-François Desmeules, agent services aux membres.



Dr Marc Thériault

Attention, dentisterie conservatrice demandée!

Je profite de cette chronique pour vous présenter une merveille technologique encore trop méconnue du public, le CEREC.

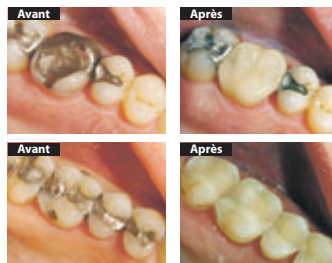
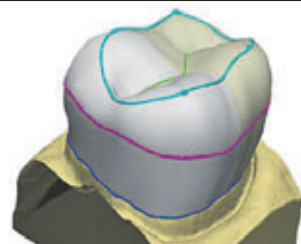
Le CEREC est un appareil qui a complètement révolutionné la profession dentaire. Il s'agit d'un ordinateur qui permet de prendre une empreinte optique, de dessiner une dent et via son centre d'usinage, de fabriquer directement la restauration en céramique. Cet outil de travail extraordinaire permet de faire la préparation, la conception, l'usinage et la mise en bouche de une voire plusieurs dents parfaitement ajustées et ce, en **une seule séance**. Le CEREC est né il y a plus de 25 ans et est le premier système au monde qui a permis au dentiste de fabriquer des restaurations de céramique de très haute qualité en une seule visite. Mon objectif est donc de sensibiliser les gens qui auraient besoin de restauration de qualité à ce qui se fait de mieux au monde comme restauration soit la **CÉRAMIQUE**.

Les principaux avantages des restaurations en céramique CEREC

- Conception de restauration en céramique en **une séance**
- Une séance, **une anesthésie**
- Ne nécessite **pas de temporaire**
- **Pas d'empreintes** avec des pâtes
- **Rapide**
- Très **esthétique** (le matériel qui ressemble le plus à l'émail naturel)
- **Conservateur** (permet de conserver un maximum d'émail sain)
- Biocompatible (ne crée **pas d'allergie**)
- Très **résistant**
- **Confortable**
- **Durabilité** irréprochable
- **Sans métal**
- **Économique**
- **Accessible** à tous

Le CEREC a changé ma profession de dentiste et je suis particulièrement heureux et fier de pouvoir partager ce bonheur quotidien avec mes patients. La première fois où j'ai utilisé cette technologie en 2002, je me suis dit **WOW!** Encore aujourd'hui, la seule chose qui me vient en tête après chaque restauration en céramique CEREC, c'est encore **WOW!** Comme professionnel dentaire, je suis toujours émerveillé de voir à quel point cette technologie rend un service aux gens. C'est officiel, on peut maintenant affirmer que la machine est au service du dentiste et du patient.

Si vous avez des questions ou si vous désirez une évaluation personnalisée, il nous fera le plus grand plaisir de vous recevoir à notre centre dentaire.



Centre dentaire Thériault & ass.

santé • beauté • confort

418.871.3535

Dr Marc Thériault Dre Nathalie Dumais

Venez nous rencontrer au 6385, boulevard Wilfrid-Hamel, suite 202 coin Notre-Dame à L'Ancienne-Lorette, 2^e étage, au dessus du Jean Coutu



MAGS

À PARTIR DE

\$79⁹⁵

Le printemps est enfin arrivé!

CHANGEMENT GRATUIT de vos pneus



Sur réparation de votre pare-brise

6007, boulevard Wilfrid-Hamel, L'Ancienne Lorette (Québec)

418 653-2777

C'est ça un spécialiste!

LOCATION
Pelletier
AUTOS • CAMIONS • ÉQUIPEMENTS



* Détails en succursale. Succursales participantes seulement.

Succession



Desjardins
Caisse populaire
du Piémont Laurentien



Hélène Tremblay*, CGA
Conseillère Investissement
et retraite



Guylaine Doyon-Guay**
Planificatrice financière



Guylaine Lavertu*
Conseillère Gestion des avoirs



Michelle Raymond*
Conseillère en finances
personnelles



Planifier sa succession : un temps pour chaque chose

Lorsqu'on se sent encore jeune, que des dizaines de projets germent dans notre esprit et que l'on veut profiter de la vie au maximum, il est difficile de s'arrêter le temps d'un moment et de penser à planifier sa succession. Pourtant, tout comme vous l'avez fait pour votre retraite, la préparation pour cette étape de votre vie financière exige temps et réflexion.

La planification successorale est un moyen de donner un sens aux efforts d'accumulation du patrimoine de toute une vie. Elle vous permet non seulement de répartir ce dernier selon vos volontés, mais aussi de prendre des dispositions qui auront pour effet de minimiser les impôts de votre vivant et à votre décès. La planification successorale permet également de protéger vos proches et d'assurer leur avenir.

Êtes-vous bien préparé? S'il advenait que vous décédiez prématurément, qui hériterait de votre patrimoine? Avez-vous rédigé un testament? Vos protections d'assurance vie sont-elles à jour? Quelles sont vos dernières volontés? Toutes les interrogations sont légitimes. Et c'est dans l'optique de conserver votre tranquillité d'esprit qu'il importe de bien considérer la question.

Sachez qu'une planification successorale bien réfléchie et effectuée dans les règles de l'art permettra à votre liquidateur d'exécuter à la lettre vos dernières volontés. D'où l'importance du testament, pièce maîtresse du processus. **Sans testament, c'est la loi qui dicte quels sont vos héritiers.** Et le conjoint de fait n'est pas considéré comme un héritier. (Voir tableau page suivante)

Le testament est un document qui se modifie en tout temps par un autre testament. Le recours aux services d'un professionnel vous permettra d'approfondir votre réflexion, d'évaluer les conséquences juridiques et fiscales de la transmission de vos biens, de trouver des solutions avantageuses pour vous et les vôtres et de prévoir les bonnes dispositions testamentaires.

À votre décès, une part importante de vos biens pourrait se retrouver entre les mains du fisc pour différentes raisons. En effet, les gains résultant de la disposition de biens avant le décès à leur juste valeur marchande ainsi que la valeur des REER et des FERR deviennent une source de revenus imposables pour la personne décédée.

Le mandat en cas d'incapacité

Il est important de protéger vos héritiers en cas de décès, mais il peut être aussi important de protéger vos biens advenant votre incapacité à le faire. Le mandat en cas d'incapacité pourra :

- vous assurer que c'est quelqu'un en qui vous avez confiance qui veillera à protéger votre personne et vos biens en cas d'incapacité;
- interpréter et respecter vos volontés;
- éviter dans certains cas un long et coûteux processus juridique;
- donner des indications sur le traitement de fin de vie.

Succession



Desjardins
Caisse populaire
du Piémont Laurentien

Vous pouvez nommer plus d'un mandataire, par exemple un pour la protection de votre personne et un autre pour la protection de vos biens. Il est toujours plus prudent de désigner des remplaçants.

Deux formes de mandats sont possibles : le mandat notarié et celui devant témoins.

Votre inaptitude doit être constatée par une équipe de professionnels (médecin, psychologue, etc.) Le mandat en cas d'incapacité N'ENTRERA DONC EN VIGUEUR qu'après avoir été homologué par le tribunal, à qui l'on doit prouver que le mandant est devenu inapte.

La loi a prévu des mesures protectrices en L'ABSENCE DE MANDAT. Ces protections sont de différents niveaux (du plus léger au plus englobant), selon la nature et le degré d'inaptitude constatés par les professionnels de la santé.

Sachez qu'il existe des moyens pour minimiser ces conséquences fiscales liées à la transmission de vos biens et ainsi payer moins d'impôt. Léguer les immobilisations au conjoint, transférer le REER ou le FERR à ce dernier ou aux enfants à charge et faire des dons à un organisme de bienfaisance représentent quelques-unes de ces solutions.

Faire un testament notarié pour protéger ses proches, c'est poser un geste d'amour à leur égard!

Pour votre information, la planification successorale sera abordée lors d'un après-midi conférence le 16 octobre prochain. Plus de détails à venir!

Votre conseiller Desjardins peut vous orienter vers la meilleure ressource en vue de vous aider à bien définir vos besoins et vous suggérer les moyens d'y répondre par une bonne planification. N'hésitez pas à faire appel à lui.



Sans testament, c'est la loi qui dicte quels sont vos héritiers.

Qui hérite de quoi selon le Code civil du Québec?

LA FAMILLE DU DÉFUNT	LA PART D'HÉRITAGE
Conjoint survivant	1/3
Enfants, petits-enfants, etc.	2/3
D'autres parents	Exclus
Aucun conjoint ¹	-
Enfants, petits-enfants, etc.	Tout
D'autres parents	Exclus
Conjoint survivant	2/3
Aucun enfant, petit-enfant	-
Frère, sœur, neveu, nièce	1/3
Ni père, ni mère	-
D'autres parents	Exclus
Conjoint survivant	2/3
Aucun enfant, petit-enfant	-
Aucun frère, sœur, neveu, nièce	-
Père, mère	1/3
D'autres parents	Exclus
Conjoint survivant	Tout
Aucun enfant, petit-enfant	-
Aucun frère, sœur, neveu, nièce	-
Ni père, ni mère	-
D'autres parents	Exclus
Aucun conjoint ¹	-
Aucun enfant, petit-enfant	-
Père, mère	1/2
Frère, sœur, neveu, nièce	1/2
D'autres parents	Exclus
Aucun conjoint ¹	-
Aucun enfant, petit-enfant	-
Ni père, ni mère	-
Frère, sœur, neveu, nièce	Tout
D'autres parents	Exclus
Aucun conjoint ¹	-
Aucun enfant, petit-enfant	-
Père, mère	Tout
Aucun frère, sœur, neveu, nièce	-
D'autres parents	Exclus

¹ Marié légalement

* Représentantes en épargne collective pour Desjardins Cabinet de services financiers inc.

** Planificatrices financières et représentantes en épargne collective pour Desjardins Cabinet de services financiers inc.

Agenda communautaire secteur de L'Ancienne-Lorette

Avril 2012

Paroisse Notre-Dame de l'Annonciation de L'Ancienne-Lorette Tressage des rameaux. Venez découvrir le sens des rameaux dans la foi chrétienne et apprendre comment les tresser. Vous pourrez les faire bénir à une messe de cette fin de semaine. Cette activité se vivra **le samedi 31 mars de 13 h à 14 h ou de 14 h 30 à 15 h 30**. Vous devez vous inscrire au presbytère pour cette activité. Information : Louise, Josette et Claudine 418 872-1441.

Chantelait, groupe de soutien à l'allaitement, vous convie à ses soirées d'information sur l'allaitement au cours desquelles de nombreux thèmes sont abordés. On y traite entre autres des avantages de l'allaitement, des positions, du retour à la maison, du sevrage, de l'expression du lait et de sa conservation. Pour plus d'information ou pour s'inscrire, contacter CHANTELAIT au 418 877-5333. Ces rencontres auront lieu les 19 et 26 avril de 19 h à 21 h, au local de CHANTELAIT (1600 rue Notre-Dame, L'Ancienne-Lorette) 35 \$, (ce prix comprend entre autres une copie des Fiches-Conseils sur l'allaitement, Édition 2011) Pour toutes questions d'allaitement, vous pouvez rejoindre une bénévole de Chantelait au 418 877-5333. Chantelait, groupe de soutien à l'allaitement vous convie à ses rencontres postnatales Parlons-Lait, les lundis, 2, 16 et 30 avril de 13 h 30 à 15 h 30, au local de Chantelait (1600 rue Notre-Dame, L'Ancienne-Lorette).

Rayon de Soleil offre à la population de son territoire qui y est éligible, de compléter gratuitement les rapports d'impôts. Rapports complétés par des bénévoles. Du 15 mars au 19 avril. Mardi et jeudi seulement. Critères d'admissibilité : Personne seule : revenu maximum 20 000 \$; Pour un couple 26 000 \$ et chaque enfant à charge 2 000 \$; Pour une famille monoparentale 26 000 \$ et pour une personne à charge supplémentaire 2 000 \$ Revenu d'intérêts inférieur à 1 000 \$. Pour information, contacter Rayon de Soleil au 418 871-7055, 1565, rue Turmel, 2^e étage Horaire : mardi et jeudi, de : 9 h 30 à 11 h 30 et de 13 h à 16 h.

Le club de l'Âge d'Or Chauveau vous invite à ses activités du mois d'avril. Le samedi 14 avril : soirée soulignant Pâques. Accueil à 19 h; danse à 20 h; 10, \$ (8, \$ pour les membres). Buffet en fin de soirée et prix de présence. Le samedi 28 avril : Souper du 25^e anniversaire du Club et assemblée générale : Mousseux à 17 h suivi du souper. Cartes disponibles en prévente seulement. 25 \$ (20 \$ pour les membres). L'Orchestre Michel Lambert vous fera danser lors des deux soirées tenues à l'École l'Étincelle, 1401, rue l'Étincelle, Quartier Laurentien. Information et réservation (souper du 28 avril) 418 872-7469 ou 418 872-9462.

La troupe de théâtre Les Grands Enfants présentera **Les héros de mon enfance**, les 13, 14, 18, 19, 20 et 21 avril au Centre com-

munautaire de L'Ancienne-Lorette 1302, des Loisirs Est à 20 h. Comédie musicale de Michel Tremblay et mise en scène de Réjean Vigneault. Billetterie 418 871-8402 Adulte : **20 \$**, 16 ans et moins : **17 \$**.

Les lundis soir de 18 h 45 à 20 h 30, venez rejoindre le **Club Toastmasters des Ingénieurs** à la Hutte au 1307, rue des loisirs Est à L'Ancienne-Lorette. Ne manquez pas cette chance de venir voir comment se déroule une soirée Toastmasters. La mission du groupe est de fournir à ses membres un milieu d'apprentissage positif qui les aidera à développer leurs habiletés à communiquer, à écouter ainsi que leur leadership. Pour information, contactez M. Michel Damico DTM 418 569-8231 ou info@ctiq.ca ou consultez le site internet au www.ctiq.ca

Afeas de L'Ancienne-Lorette, 3 avril : Journée de la reconnaissance du travail invisible, Ayons une pensée pour tous les bénévoles qui travaillent dans l'ombre. **18 avril :** Rencontre mensuelle au sous-sol de la sacristie de l'église de L'Ancienne-Lorette. Elles invitent particulièrement les jeunes femmes, mères de famille à venir les rencontrer pour nous faire connaître leurs besoins, leurs préoccupations. C'est gratuit et ouvert à toutes. Mme Anita Fontaine, secrétaire Afeas de L'Ancienne-Lorette, 418 877-0001.

Le **Club des Aînés de L'Ancienne Lorette** 1741, rue Notre Dame, L'Ancienne-Lorette 418 871-3648. Tous les vendredis de 19 h 30 à 21 h, danse avec l'Orchestre Les Dynamiques les Laurentiens sous la direction de M. André Gosselin. Ouverture des portes à 18 h 30. Le prix est 8 \$ pour les membres et 10 \$ pour les non-membres. Un buffet est servi à la fin de

la soirée. Ne pas oublier que le **6 avril** (vendredi saint) il n'y a **pas de soirée**.

APPRENTI DE LA COUTURE, le 2 avril, confection d'un sac pour accrocher après un siège d'automobile et le 16 avril, jaquettes pour les missions pour 8 ans à 14 ans. **Important :** le 30 avril, à 13 h 30 assemblée générale annuelle, petits prix de présence et exposition des pièces confectionnées durant l'année. Mme Claire Faucher, 418 872-7690.

La réunion mensuelle du **Cercle de Fermières de L'Ancienne-Lorette** aura lieu le mercredi 11 avril à 19 h 30 au sous-sol de la sacristie de l'église Notre-Dame-de-l'Annonciation. **Pour devenir membre**, vous contactez Mmes Louise Vachon au 418 872 8224 ou Andrée Gélinas au 418 872 3998.

Le **Club Optimiste de L'Ancienne-Lorette** présentera pour la seconde édition, son **Concours mini-star**, samedi le 14 avril à 19 h, à l'Auditorium de la Polyvalente de L'Ancienne-Lorette. Coût : 5 \$/adulte, gratuit enfant 12 ans et moins. Tous âgés entre 5 et 12 ans, 30 jeunes de L'Ancienne-Lorette viendront performer sur scène et partager avec nous leurs talents en chant, en danse, en musique ou toute autre discipline pour tenter de gagner une médaille d'or, d'argent ou de bronze. Les billets sont en vente à la porte. Pour information, veuillez contactez Amélie Cantin au 418 687-9959.

Inscription au Club cycliste Vélorette Le club cycliste Vélorette est un organisme sans but lucratif affilié au Service des loisirs de L'Ancienne-Lorette. Des randonnées sont programmées les mercredis soirs, ainsi que le samedi ou le dimanche. Des voyages de fin

CLINIQUE DE PHYSIOTHÉRAPIE DE L'ANCIENNE-LORETTE

- Physiothérapie générale et sportive.
- Hydrothérapie : physiothérapie en piscine (eau à 90°F) avec exercices personnalisés.
- Soins à domicile pour une clientèle spécifique.

Six thérapeutes qui ont à cœur votre bien-être!
Approche personnalisée

Votre santé,
notre préoccupation!
CSST, SAAQ acceptées.

418 872-3040

1675, rue Notre-Dame, porte F
L'Ancienne-Lorette (Halte du Centre)

NOUVEAUX SERVICES

- Kinésiologie
- Évaluation de la condition physique
- Club de marche de jour et de soir



Les propriétaires,
Caroline Lambert, thérapeute en
réadaptation physique
Jacinthe Vaillancourt, physiothérapeute

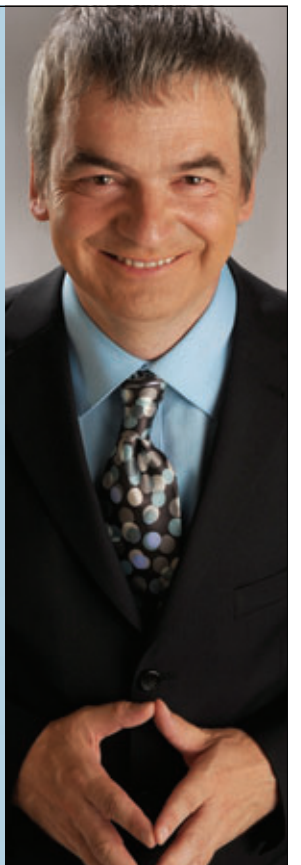
DES CONFÉRENCES QUI FONT PLUS QUE DIVERTIR!

- ✓ Plus de **26 conférences**
- ✓ **15 formations**
- ✓ Auteur de **75 livres**

NE MANQUEZ PAS

«Faites votre C.H.A.N.C.E.»
conférence publique
présentée à **8 H 30 AM**,
le 6 avril 2012
à l'**Hôtel Plaza** de Québec.

Pour tous les détails,
composez le **450 359-3630** ou :
www.alainsamson.net
alain@alainsamson.net



L'imprimerie vous coûte cher ?

Contactez le plus gros courtier en imprimerie au Québec

1000 cartes d'affaires

- Carton 14 points glacé + vernis glacé
- 3,5 X 2 po.
- Process recto
- Montage fourni par vous selon nos spécifications

SEULEMENT
40⁹⁹\$
+ taxes

Votre fournisseur actuel
peut-il en faire autant...?

Grâce à notre pouvoir d'achat,
économisez jusqu'à **30 %**
et même **40 %**

Peu importe le montant de vos achats annuels, vous obtiendrez le prix du regroupement.

Payer moins cher pour la même qualité, ça existe !

Ci

CLUB IMPRIMERIE
www.clubimprimerie.com

Téléphone : **418 687-1319**
Télécopieur : 418 687-4415
www.clubimprimerie.com
infos@clubimprimerie.com

Contactez-nous pour une estimation gratuite, quels que soient vos besoins.

de semaine lors des congés fériés sont également organisés. Enfin, pour passer des vacances à vélo, un voyage d'une semaine est offert en été. Pour obtenir plus d'information, ainsi que le formulaire d'inscription pour la saison 2012, visitez le site Internet du Club www.velorette.site.com. La période d'inscription se termine le 16 avril.

L'Unité de Loisirs et de sport de la Capitale Nationale vous invite à assister aux finales régionales de Secondaire en spectacle. Les jeunes lauréats iront représenter leur école, lors des finales régionales, qui se tiendront les 10, 12 et 13 avril, à la Salle

Sylvain-Lelièvre du Cégep Limoilou. La prochaine étape : le Rendez-vous Panquébécois, à Sept-Îles, du 24 au 27 mai. Pour le **Collège Champigny et la Polyvalente de L'Ancienne-Lorette**, ils seront en finale le mardi 10 avril.

Cette liste est établie en collaboration avec le bureau du député du comté de La Peltre, M. Éric Caire. Si vous souhaitez que l'activité de votre organisme soit inscrite à cet agenda ou sur le site Internet du député, vous pouvez communiquer avec Mme Jeanne-D'Arc Brière, directrice de bureau et attachée politique de M. Éric Caire au 418 877-5260.

Christian Bergeron fait partie du Club Platine pour une 15^e fois

(YG) M. Christian Bergeron, de RE/MAX Accès, vient d'obtenir une autre marque de reconnaissance de ses pairs. Lors du gala des MAXIMM, il a appris qu'il faisait encore partie du Club Platine, et ce, pour une 15^e fois d'affilée. Un club dont il est membre depuis 1997. Une distinction qui n'est pas attribuée à plusieurs.

M. Bergeron explique son succès par la satisfaction et la fidélité de sa clientèle. « Je donne l'heure juste à mes clients et je suis honnête. J'ai un très bas taux de contrats qui expirent sans être vendus. J'en suis très fier », termine M. Bergeron. ■



Lors du gala des MAXIMM, il faisait partie encore une fois du Club Platine, un club dont il est membre depuis 1997.

VITROPLUS Ziebart
VITRES • ACCESSOIRES • PROTECTION • ESTHÉTIQUE

VITROPLUS Ziebart
877-1144

VITROPLUS Ziebart
RECYCLE
VOTRE PARE-BRISE

Saviez-vous que...

- ✓ Vous bénéficiez de la garantie SécuriClair.
- ✓ Nous nous occupons de la réclamation auprès de votre assureur.

Nous sommes le premier réseau pancanadien à recycler les pare-brise

L'ANCIENNE-LORETTE – 6420, Boul. Wilfrid-Hamel
418 877-1144 – www.vitroplusanciennelorette.com

DUO
PORTES & FENÊTRES INC.

LES MEILLEURES FENÊTRES. LA MEILLEURE INSTALLATION!

ESTIMATION GRATUITE QUÉBEC MÉTRO

Nous sommes un détaillant membre du réseau québécois Le Fenêtrier. Nous vendons et installons avec fierté les portes et fenêtres Isothermic.

Isothermic Fenêtrier d'expérience
ENERGY STAR
Accord D Desjardins

1727, DE L'AÉROPORT L'ANCIENNE-LORETTE
418 872-1527

4475, BOUL. DE LA RIVE-SUD LÉVIS 418 835-6263

R.B.Q.: 8291-1686-45

« Symbole d'excellence depuis 30 ans en matière de conception et de fabrication, ces produits sont solidement garantis et font l'objet d'une installation experte, gage d'une valeur accrue pour votre résidence. »

Offrez-vous ce qu'il y a de mieux, sans payer plus cher! »

— Jean-François Aré, de la populaire émission de déco, fier porte-parole d'Isothermic.

Le Fenêtrier
Isothermic

Les Concerts des

Hayf-Clochers

reçoivent pour couronner la programmation 2011-2012

Marie-Josée Lord,
soprano et ses musiciens

pour la présentation du réputé spectacle «Bouillon»,
vendredi 20 avril à 20 h à l'église de L'Ancienne-Lorette,
1625, rue Notre-Dame

Une voix exceptionnelle, une personnalité attachante et charismatique, une interprète de grand talent livrant sa sensibilité musicale dans un répertoire de choix. Sa pétillante présence de scène vous ravira.

Billets en vente au presbytère au 418 872-1441,
aux deux Pharmacies Jean Coutu, (6385 boul. Hamel et 1875 rue Notre-Dame)
et sur le Réseau Billetech au 418 643-8131.

Admission : 30 \$ - Gratuit pour les enfants de moins de 12 ans accompagnés.

La Clinique vétérinaire Hamel change d'adresse

(YG) Après 22 ans à la même adresse, la Clinique vétérinaire Hamel vient de déménager au 6366, boulevard Hamel, ce qui lui aura permis de doubler sa superficie, passant de 1 700 à 3 400 pieds carrés. « Grâce à ce déménagement, nous retrouvons tous nos services habituels en plus des nouveaux sur le même étage, alors qu'avant ils étaient répartis sur trois étages. Cela nous aura permis d'offrir une salle d'attente plus grande, une boutique alimentaire plus accessible à notre clientèle et de proposer des équipements à la fine pointe de la technologie, tels que des appareils de dentisterie plus avancés, de la radiologie dentaire et de la radiologie numérique »,

explique Le Dr Jean Lamarre, propriétaire unique de la Clinique depuis 1988.

« De plus, nous avons un plus grand nombre de salles d'examen qui nous permettent donc d'accueillir plus de clients à la fois. Notre clientèle apprécie de disposer de plus d'espace dans notre salle d'attente, qui a été conçue par des designers de 3D Design. Toutes ces améliorations nous permettent notamment d'offrir un service plus rapide », termine le Dr Lamarre, qui peut compter sur une équipe de 11 personnes, dont trois vétérinaires, quatre techniciens, deux réceptionnistes et deux animalières. ■



Le Dr Jean Lamarre et une partie de son équipe composée de 11 personnes.

**Goût d'aventure ?
Besoin de vacances ?**

SABALO LODGE
Costa Rica

Louez ou achetez
votre coin de paradis

**Réservez dès maintenant
pour le COSTA RICA !**

WWW.SABALOLODGE.COM

André Dufresne
514 236-3993

Julie Dufresne
418 265-7987

info@sabalolodge.com

Melanie Paquet
Massothérapeute

*Massage suédois thérapeutique
Massage suédois de détente
Massage aux coquillages chauffants
Soins du visage
Massage pour femmes enceintes
Possibilité de reçus sur demande*

418 809-7987

Courriel : mel_paquet418@hotmail.ca

Diplômée de l'Académie de Massages Scientifiques

CHRONIQUE SANTÉ

Julie Dufresne
directrice générale, La Corne d'Abondance

Annie Berthelotte
diététiste/nutritionniste

Les antioxydants...

Tout d'abord, essayons de comprendre de façon simplifiée ce qu'est un antioxydant... Les cellules de notre corps ont besoin d'oxygène pour produire de l'énergie. Nous devons avoir cette dernière pour être capable de bien fonctionner. Mais tout ce processus entraîne la création de radicaux libres qui sont dommageables pour notre santé et peuvent entraîner un vieillissement prématuré et provoquer certaines maladies comme le cancer, les maladies cardiovasculaires, les cataractes, etc. Normalement, notre corps élimine naturellement une bonne partie de ces radicaux libres mais, un petit coup de pouce de l'extérieur peut lui aider à se débarrasser de ces déchets. Ce sont les antioxydants présents dans certains aliments qui viendront combattre les radicaux libres en les neutralisant.

Le groupe alimentaire qui nous procure le plus d'antioxydants est celui des fruits et légumes. C'est pour cette raison que le Guide alimentaire canadien recommande de manger de 5 à 10 portions de fruits et légumes par jour. Il y a des antioxydants dans tous les fruits et légumes mais, nous en retrouvons en plus grande quantité dans les fruits et légumes colorés (vert, rouge, orange), la famille des choux (inclut aussi le chou-fleur, le navet, le chou de Bruxelles), les agrumes (clémentines, citron, lime, orange, pamplemousse), les oignons (ail, ciboulette, échalote, oignon, poireau), les tomates et les petits fruits (bleuets, framboises, fraises, canneberges, raisins). Introduire les fruits et légumes dans notre vie de tous les jours est si simple, il suffit d'y penser, d'être créatifs et de vouloir essayer de nouvelles saveurs et de nouveaux aliments... ce n'est qu'une bonne habitude à prendre...

Pour un maximum de valeur nutritive, il est préférable de consommer ces derniers le plus frais possible et nature de préférence ou très peu transformés. Nous retrouvons aussi des antioxydants dans le thé vert et blanc, les huiles, le chocolat noir et le vin rouge (ou le jus de raisin pourpre).

Les antioxydants ne nous protègent pas de tout mais peuvent très certainement nous aider à maintenir ou améliorer notre santé...

Annie Berthelotte diététiste/nutritionniste

Le p'tit mot de Julie

A tous les jours, je mange de 5 à 10 portions de fruits et légumes mais, j'adore particulièrement me couper des fruits (orange, raisins, pommes, bleuets, fraises...), ajouter dessus du yogourt et des graines de lin moulues pour accompagner mon déjeuner...un vrai délice...

Julie Dufresne, Directrice générale de La Corne d'abondance

Clinique dentaire

Karine Bouchard & ass.

*Des soins professionnels,
un accueil chaleureux !*



Dre Karine Bouchard
dentiste généraliste



Dre Annye Laferrière
dentiste généraliste

*La technologie
pour encore mieux vous servir !!!*

- | | |
|---|--|
| ☐ Ablation des caries par air abrasion | ☐ Restauration informatisée en céramique (CEREC 3D) |
| ☐ Anesthésie locale électronique et gaz relaxant | ☐ Service d'extraction de dent de sagesse |
| ☐ Blanchiment des dents en une seule visite (LASER) | ☐ Traitement des gencives au laser |
| ☐ Caméra intra-buccale et laser Diagnodent pour examen | ☐ Appareil Velscope pour examen approfondi des tissus mous (détection précoce de lésion cancéreuse buccale) |
| ☐ Laser chirurgical | ☐ Radiographie numérique |
| ☐ Pose de véritables diamants | ☐ Zone de détente exclusive |

☐ Au deuxième étage du
nouveau Jean Coutu de
L'Ancienne-Lorette

☐ 6385, boul. Wilfrid-Hamel
Suite 201
L'Ancienne-Lorette
QC G2E 5W2

418.871.7117

☐ www.mesdents.net

L'ÉCOLE SECONDAIRE POLYVALENTE DE L'ANCIENNE-LORETTE

C'est aussi une concentration piano
un profil multisports / plein air

PIANO

L'école secondaire polyvalente de L'Ancienne-Lorette offre la concentration « piano » aux élèves de la 1^{re} à la 5^e secondaire. Cette concentration est offerte non seulement à tous les niveaux du secondaire mais également à tous les niveaux d'expérience, des débutants jusqu'aux pianistes avancés. Ce cours permet aux élèves de se familiariser avec l'instrument par la pratique d'exercices techniques (gammes, arpèges, etc.) pour ensuite travailler des pièces de répertoire très varié (classique, populaire, jazz, musique de film, etc.).

L'école compte 22 pianos acoustiques qui sont situés dans des locaux bien insonorisés. Chaque élève a donc à sa disposition son piano et son local de pratique mais il a surtout son programme personnalisé et c'est cette

approche individualisée qui permet à chaque élève d'avoir un programme à la hauteur de son expérience et de ses préférences musicales. En somme, une approche personnalisée offerte à tous, débutants et avancés de la 1^{re} à la 5^e secondaire.



MULTISPORTS ET PLEIN AIR



Le profil multisports de l'école secondaire polyvalente de L'Ancienne-Lorette est en plein essor. Depuis cette année les élèves de tous les niveaux ont la possibilité de s'inscrire à l'option multisports et plein air. On compte plus de 180 élèves inscrits dans ce profil. En 4^e et 5^e secondaire, les élèves peuvent orienter leur choix vers le profil multisports ou le plein air. Les sportifs inscrits bénéficient de quatre périodes de sport qui s'ajoutent aux deux périodes du programme régulier en éducation physique. De plus, des sorties éducatives et sportives de toutes sortes s'ajoutent aux périodes d'éducation physique. Des activités telles que : arbre-en-arbre, randonnées pédestres en montagne, descentes de rivières

en mini-raft, kayak, canot et rafting, spéléologie, saut à ski, escalade, ski de fond, raquette, judo, boxe, curling, golf, frisbee-golf et bien d'autres encore. La durée des sorties varie d'une demi-journée à une journée complète.



Par exemple, dans leurs années de secondaire, les jeunes auront fait l'ascension des monts suivants : L'éperon (Parc National de la Jacques-Cartier), Les loups (Parc National de la Jacques-Cartier), Mont du lac des Cygnes (Parc des Grands-Jardins), Mont Mégantic et l'Acropole des Draveurs (Parc National de la rivière Malbaie).

Voici les valeurs sur lesquelles se fonde notre profil : favoriser le développement de bonnes habitudes en adoptant un mode de vie sain, développer le sens de l'autonomie, de l'initiative et des responsabilités, encourager le développement global de l'élève tant sur le plan sportif que pédagogique et développer l'élève en fonction de plusieurs sports (techniques, tactiques, etc.)



Pour information, 418-872-9836 poste 5200



metro PRÉSENTE

Pascale Picard Band

CONCERT-BÉNÉFICE LEUCAN
RÉGION QUÉBEC

leucan
région québec

Le vendredi 15 juin 2012 à 20 h – 35\$

À l'auditorium de l'école secondaire
polyvalente de L'Ancienne-Lorette

Billets disponibles sur BILLETECH
www.billetech.com



Commission scolaire des

Découvreurs

Tout pour ouvrir ses horizons



1685 Rue Notre-Dame
L'Ancienne-Lorette
G2E 3B9
T: 418-977-4965
C: 418-561-1515
RBQ 8298-3602-32



**OUBLIEZ LE
BEAU-FRÈRE CONFIEZ
LE TRAVAIL À DES PROS!**



Panasonic

LIFEBREATH



Quand on pense qualité d'air, on pense
Climatisation Ventilation Rousseau

cvrousseau.com

Cvrousseau@videotron.ca

418-561-1515



VENMAR
eureka!



**Super
PROMO ETÉ**

34,75\$^{+TX}
/mois sur l'abonnement
4 mois ou 12 mois

Aucun frais initiaux. Comprends
une consultation avec un(e) de
nos entraîneur(e)s. S'applique à
tout nouveau membre

**Centre d'entraînement
Optimum**



**Bienvenue
à tous !!!**

Situé au **COMPLEXE SPORTIF MULTIDISCIPLINAIRE
DE L'ANCIENNE-LORETTE**

1311, rue des Loisirs

418 877-3000 Ext. : 406

CHRISTIAN BERGERON

Partenaire de votre projet !
courtier immobilier



418 847-1000



Accrédité au programme
de relèvement militaire.

Évaluation sur demande
sans aucune obligation
de votre part.

Je vous offre le programme :



Pour une transaction
en toute quiétude...

certaines conditions s'appliquent

STE-FOY/CHAUVEAU

1439, rue Pierre-Gouge



Belle moderne au design spécial, salon avec foyer ouvert sur l'étage, cuisine avec armoires
de chêne et îlot, 2 salles de bains, **excellent rapport qualité / prix. 239 500\$**



L'ANCIENNE-LORETTE

1435, rue des Pins Ouest



6 ch., 3 à l'étage et 3 au s.s., ter. à pa-
liers avec grand patio et piscine. Profitez
de la nature au cœur de la ville et près
de toutes les activités. **269 500\$**



L'ANCIENNE-LORETTE

1291-204, rue des Pionniers



2^{ème} étage, belle décoration avec mou-
lures, 2 ch., piscine creusée. À proximité
des services et axes routiers. **Une occa-
sion à saisir! 199 500\$**



STE-FOY/CHAUVEAU

2331, Rue Notre-Dame



Site excep. borné par la Rivière Lorette, pièces
de vie à aires ouv. et bien fenest., patio avec
solarium. **Profitez du charme de la na-
ture et les avantages de la ville!**
298 000\$



LORETTEVILLE

85, Rue Aimé-Lantier

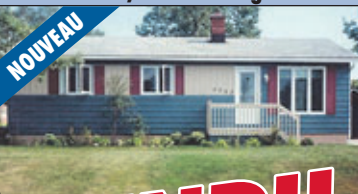


Un coup d'œil suffit, résidence de 51 x
60 pi., aménagée sur plusieurs paliers. Sur
terrain de 1 500 p.c. possibilité bi-gé-
nération. **Faut visiter! 429 000\$**



L'ANCIENNE-LORETTE

1012, rue des Forges



VENDU

L'ANCIENNE-LORETTE

1632, rue Damiron



VENDU

L'ANCIENNE-LORETTE

959, rue Chapman



VENDU

CHARLESBOURG

6520, rue Molière



Plain-pied de 27 x 42, pierre et brique, sous-sol aménagé,
garage double. Libre rapidement! **247 000\$**

www.equipebergeron.com